



УНИВЕРЗИТЕТ „ГОЦЕ ДЕЛЧЕВ“ – ШТИП
ФАКУЛТЕТ ЗА ТУРИЗАМ И БИЗНИС ЛОГИСТИКА



ПЛАНИСКИ ТУРИЗАМ

Проф. д-р Никола В. Димитров

-интерна скрипта-

Штип, 2015

Содржина (2)

Вовед (3)

ПРВ ОПШТ ДЕЛ (4)

ОСНОВИ НА ПЛАНИНСКИОТ ТУРИЗАМ (4)

1. Општи карактеристики на планините (4)
2. Фактори за постоење и развој на планинскиот туризам (22)
3. Менаџмент и маркетинг стратегии и економски придобивки од туризмот за планинските региони (24)
4. Стратегија за развој на планинскиот туризам и туристичка инфраструктура во планините (27)

*

ВТОР ПОСЕБЕН ДЕЛ (28)

РЕГИОНАЛНА ПОДЕЛБА (28)

1. Планински туризам во Европа (28)
2. Планински туризам на другите континенти (47)
3. Планински туризам во Република Македонија (50)
4. Планинарски домови во Република Македонија (66)

Користена литература и други извори (85)

ВОВЕД

Планините се јасно истакнати и пространи возвишенија на земјениот релјеф, кои се издигнуваат над околниот понизок и зарамнет терен. Земјените карпести возвишенија планините и вулканите од секогаш привлекувале восхит. Планините се резултат на активноста на Земјината кора кога се набира или кога се раседнува, и тогаш се јавуваат возвишенија во одредена височина.

Од 18 – ти век научниците почанале да ги проучуваат планините, како настанале, како се менуваат и како исчезнуваат. Планините и вулканите остануваат прекрасен потсетник на Земјината непостојаност и нејзината величествена еволуција.

Постојат многу теории за создавањето на планините. Според најновите, тие се резултат на судир на големи плочи на Земјината кора. Преку хоризонтално набирање, плочите се виткаат, односно седиментните слоеви се набираат при што се создаваат возвишенија. Најчесто, овие набрани возвишенија се поврзани во планински венец. Планини се создаваат и преку вертикални тектонски сили на спуштање и издигнување, по раседни линии и пукнатини. Токму, со издигнување на тектонските плочи се создаваат високи возвишенија – планини.

Планините претставуваат извор на воодушевување и инспирација кај луѓето уште од памтивек. Нивната оддалеченост и непристапност ги прави да бидат уште попривлечни. Денес, луѓето ги привлекуваат планините поради следните карактеристички: чистиот воздух, планинската клима, можности за разни спортски

разновидни пејзажи, богатата биолошка разновидност и др. Планинските области се наоѓаат на второ место после морските брегови и островите.

Преку материјалот што го презентираме ќе се обидеме да навлеземе во дел од проблематиката на планинскиот туризам. Оваа интерна скрипта е прва од ваков вид, и истата е со редуциран обем, и поради тоа има и недостатоци.

ПРВ ОПШТ ДЕЛ

ОСНОВИ НА ПЛАНИНСКИОТ ТУРИЗАМ

1. ОПШТИ КАРАКТЕРИСТИКИ НА ПЛАНИНИТЕ

Релјефот е важна карактеристика во географската средина бидејќи од него зависат климата, водените текови, почвените својства, растителниот и животинскиот свет, како и односот на човекот за опстанок во природата. Релјефот го сочинуваат сите вдлабнатини, рамнини и возвишенија на копното. Релјефот на Земјината површина е создаден со взаемно и истовремено дејство на внатрешни (ендогени) и надворешни (егзогени) сили. Како резултат на тоа на Земјината површина постојат високи, средни и ниски возвишенија во вид на планини и ридови, пространи низини, котлини, висорамнини, вдлабнатини, речни долини, езера, помали релјефни облици и друго.

Вкупната површина на планетата Земја изнесува 510.000.000 км². Една третина од Земјата го опфаќа копно, или 149.000.000 км² или 29,2%. Копното е поделено на неколку континенти: Европа, Азија, Африка, Америка, Австралија и Антарктик.

Табела 1.: Континенти, површина, население и густина, *состојба 2013 година*

Континент	Површина во км ²	Население во милиони	Просечна густина на населеност
Азија	44.579.000	4.298.252.000	93,4 км ²
Африка	30.330.000	1.111.234.000	33,7 км ²
Северна Америка	24.249.000	565.056.000	22,3 км ²
Јужна Америка	17.832.000	407.555.000	22,0 км ²
Антарктик	13.340.000	0	/
Европа	10.532.000	742.199.000	70,1 км ²
Австралија и Океанија	8.510.000	38.127.000	3,4 км ²
Вкупно планета ЗЕМЈА	149.372.000	7.162.423.000	46,1 км ²

Релјефот на Земјината површина е динамична појава која е изложена на постојани морфолошки промени под дејство на интензивна ерозија. Така, вертикалната расчленетост на релјефот ја сочинуваат терени до 200 м. Надморска височина во која се вбројуваат низините, од 200 до 500 метри се ридовите, **од 500 до 1.000 метри се ниските планини, од 1.000 до 2.000 метри средните планини** и релјеф – терени со **над 2.000 метри се високите планини** (може да надополниме со поимите: над 4.000 метри алпски планини, над 5.000 м. африкански, над 6.000 м. коодрилјерски, над 7.000 м. андски и со височина од над 8.000 метри хималајски планини).

Табела 2.: Вертикален распоред на релјефот на Земјата

Континент	Висина во метри				
	Просечна	Највисока	%до 200	%200–2000	> % 2000
Азија	960	8.882	24,6	63,0	2,0
Африка	750	6.010	9,7	86,6	3,7
Северна Америка	720	6.240	29,8	59,4	10,8
Јужна Америка	590	7.010	38,3	54,5	7,2
Европа	340	4.807	56,4	41,6	2,0
Австралија	340	2.246	39,0	60,8	0,2

Извор: Степан М. Станковиќ (2007) Туристичка географија, Београд, стр.139

Геоморфолошките мотивски вредности претставуваат такви мотиви чие туристичко атрактивно дејство и карактер произлегува од релјефните особености на појавите и процесите во просторот. Како резултат на егзогените (внатрешни) и ендегените (надворешни) сили, релјефот го чинат разновидни облици во литосферата (Земјината површина). Облиците на Земјината површина можат да бидат изразени низ вертикалната димензија како вдлабнатини и возвишенија, кои според големината можат да бидат големи (макро), средни (мезо) и мали (микро). Различните релјефни форми што се среќаваат во планинскиот, низинскиот и приморскиот релјеф поседуваат одредени специфични вредности што претставуваат туристички мотив. Геоморфолошките туристички вредности можат да бидат самостојни, комплекси и комплементарни.

Со дејство на внатрешните или ендегените сили (епирогени и орогени движења, вулкани и земјотреси) се создадени големи облици на релјефот: континенти, океански и морски басени, планини, низини и котлини. Со дејство на надворешните егзогени сили, т.е. со помош на ерозија и акумулација, а предизвикани од воздухот – температурата, водата, ветерот, брановите, растенијата и сл., се создадени и се создаваат помали облици на релјефот, како што се: вртачи, полиња, пештери, клисури, кањони, водопади, сипари, дини, оази, глечери, клифови, томболи, коси, корални гребени, камени фигури итн.

Табела 3: Внатрешни и надворешни сили, дејства, процеси, движења, релјеф и облици

Вид на сила	Дејство	Процеси / Движења		Релјефни облици
ВНАТРЕШНИ СИЛИ	Под дејство на Земјина тежа или гравитација	Тектонски процеси движења Вулкани (Конус, кратер, канал, огниште, лава, вулканско плато,	Епирогени движења	Регресија Трансгресија
			Орогени движења	Хоризонтални -Набори (антиклинала, синклинала, крила на наборот, вертикален, кос,

(епирогени и орогени движења, вулкани и земјотреси)	Под дејство на Земјина внатрешност и топлината	калдера; стромболски вулканолошки, хавајски, везуфски; Гејзери, топли извори) и Земјотреси (Тектонски, вулкански, урвински; Хипоцентар, епицентар, изосеисти, сеизмограф, сеизмограми пукнатини		налегнат и шаријаж) Вертикални -Раседи (раседна линија, крила на раседот, раседен скок, раседно земјиште) -Тимор или Хорст -Тектонска котлина
НАДВОРЕШНИ СИЛИ (егзогени сили преку ерозија и акумулација а предизвикани од силата на воздухот – температурата, водата, ветерот, брановите, растенијата и сл.)	Под дејство на температура на воздухот, ветерот, водата, составот на почвата, растенијата	Распаѓање на карпите и денудација Ерозија и Денудација	Егзогени движења или сили	Ерозивни облици Акумулативни облици
	Под дејство на силата на речната вода	Флувијален релјеф	Ерозивни Акумулативни	<i>Ерозивни облици:</i> Точило Камени столбови, печурки Камени фигури <i>Прозорци</i> <i>Акумулативни облици:</i> Сипар Камени реки, камењари, сипои <i>Ерозивни облици:</i> Речно корито Речна долина, клисура, кањон Водопад Слап Меандра <i>Акумулативни облици:</i> Алувијални рамнини Речни острови или ади Делти Плавини

	Под физичкото и хемиското дејство на атмосферската и површинската и подземната вода	Карстен релјеф	Ерозивни Акумулативни	<i>Ерозивни облици:</i> Шкрапи Вртачи Ували Карстни полиња <i>Акумулативни облици:</i> Понори, Јами Пештери Сталактити Сталагмити Прерасти
	Под дејство на брановите на езерата, морињата и океаните	Абразивен релјеф	Ерозивни Акумулативни	<i>Ерозивни облици:</i> Бранова поткопина Клиф Крајбрежна тераса Континентален отсек <i>Акумулативни облици:</i> Низок песочен брег или жало Провлак или томболо Езерска абразија
	Под дејство на мразот и снегот	Глацијален релјеф	Ледници или глечери Ерозивни Акумулативни	<i>Ерозивни облици:</i> Циркови Валови Морени <i>Акумулативни облици:</i> Терминален басен Инландајс
	Под дејство на ветерот и температурата на воздухот	Еолски релјеф	Ерозивни Акумулативни	<i>Ерозивни облици:</i> Карпести пустини или хамади и оази Прозорец во карпа Пустински брегови

				<i>Акумулативни облици:</i> Песочни пустини, дини, бархани Ергови, кум Наслаги од лес
--	--	--	--	--

Точниот број на планини во светот не е утврден. Се претпоставува дека ги има повеќе милиони. Планинскиот релјеф а од тука и планините најмногу се распространети во Азија, Африка, Америка, Европа, Австралија и Антарктик, значи ги има на сите континенти.

Планините се издигнати карпести релјефни масивни извишувања што настанале под дејство на Земјините тектонски процеси. Планините настануваат во текот на повеќе милиони години и тоа под дејство на различни бавни или брзи тектонски сили. Планините се делат: **според процесот на настанување** (со набирање, раседнување, или со вулкански ерупции), **според старост** (на стари грамадни или масивни и на млади венечни или верижни планини), и **според надморска височина** (на ниски до 1000 м., средни од 1001 до 2000 м., и високи планини со над 2000 метри, но и високи планини со над 3000 и над 4000 метри или алпски, со над 5000, над 6000, над 7000 и над 8000 метри или хималајски). Во процесот на настанувањето на планините доминантни се силите на набирање на разните слоеви на карпи, потоа под дејство на раседнување или кршење слоевите на карпи по раседни линии, или дејството на вулканските ерупции. Во светот има голем број на осамени планини, планински масиви и планински венци што восхитуваат со својата големина, височина, убавина и поседуваат разни природни богатство. Во однос, пак, **според туристичко-географската положба** (многу, средно и малку атрактивни, односно неатрактивни планини), во однос **на оддалеченоста од центрите со погуста населеност**, во однос на **главните комуникациски правци**, **според туристичката привлечност и условите за развој на одредени видови туризам** (*излетничко-рекреативни, спортско-манифестациони, културно-манифестациони, планини национални паркови, здравствено-лечилишни, планини ловишта, меморијални планини, планини за секундарен престој и сл.*), **според вертикалната и хоризонталната расчленетост**, потоа во однос на останати туристички мотиви итн. Сепак, погодни за туристички цели се средните, а особено високите планини бидејќи на нив можат да се трасираат скијачки патеки, зимско, спортски центри и слично.

Табела 4.: Најзабележителни поделби на планините

Поделба според:	Карактеристика
Процесот на настанување	Набрани Раседни Вулкански
Старост	Стари – <i>грамадни, масивни</i> Млади - <i>верижни</i>
Надморска височина	Ниски <i>до 1000 м.</i> Средни <i>од 1001 до 2000 м.</i>

	Високи со над 2000 м.
Според правецот на протегање и положбата	<p>1. Кордилејско-андски планини, со меридијански правец на протегање (север- југ) кои се протегаат во должина на цела Северна и Јужна Америка, низ сите климатски појаси и на двете полутопки;</p> <p>2. Алпски планини, кои претежно имаат напореднички правец (запад-исток) а лежат во умерениот и суптропскиот појас протегајќи се од брегот на Атлантикот на запад до брегот на Пацификот (Тихи Океан) на исток;</p> <p>3. Грамадни планини, кои воглавно лежат северно и јужно од алпските планини и кои со работа на надворешните сили значително се пониски;</p> <p>4. Вулкански (купасти) планини, кои најчесто се лоцирани во тропските предели, а ги има и во другите појаси.</p>
Туристичко-географска положба и атрактивност	<p>Многу атрактивни</p> <p>Средно атрактивни</p> <p>Малку атрактивни</p> <p>Неатрактивни планини</p>

Табела 5.: Планини според степенот на атрактивност

Степен на атрактивност	Планина	Причини
Многу атрактивни	Алпи во Европа, Апалачки Планини во САД, Сини Планини во Австралија.	Поволна туристичко-географска положба, голем број на валоризирани природни и антропогени вредности, поголема густина на населеност, висок животен стандард, одлична сообраќајна и рецептивна инфраструктура
Средно атрактивни	Пиринеи во Франција и Шпанија; Апенини во Италија; Сиера Невада во Шпанија; Карпати во Украина и Романија; Татри во Словачка и Полска; Рила, Витоша, Родопи и Пирин во Бугарија; Кавказ во Русија и Грузија; Бакоњска Шума во Унгарија; Фрушка Гора, Копаоник, Златибор, Тара во Србија; Слјеме крај Загреб, Велебит во Хрватска; Водно крај Скопје, Шар Планина, Бистра, Бушева Планина, Баба Планина-Пелистер, Осоговски Планини, Кожуф во Р. Македонија, итн.	Солидна туристичко-географска положба, и добра сообраќајна и рецептивна инфраструктура, се уште можности за валоризација на природни и антропогени вредности и сл.
Малку атрактивни		Неповолна туристичко-географска положба,

	Килиманџаро во Африка, Хималаи, Анди, Памир, Аталс и други.	слаба комуникативност, рецептивност и др.
Неатрактивни	Постојано турсно и вулканско активни планини. Загадени и радиоактивни простори, простори каде се вршат хемиски и нуклеарни експерименти.	Небезбедни и загадени планини

Табела 6.: Основни елементи на планините

Основни делови на планините	Опис
Подножје	е линија или премин помеѓу планинската страна и околното пониско земјиште
Подгорје или планинско подножје	е просторот помеѓу планината и равнината
Предгора и задгора или предпланина и задпланина	е кога планината се протега во вид на лак, со ридесто земјиште на предната страна на планината се вика предгора или предпланина , а ако е на спротивната задна или конкавна страна на планината се вика задгора или задпланина .
Стрмина	Стрмни планински страни од врвот спрема долината
Венец	Издолежени и поврзани планински страни во една целина
Било	Високи зараменети планински делови
Гребен	Делови од планина со остри и изабени страни
Врв	е возвишение на планински венец, било или гребен Врвовите можат да бидат заоблени и остри Заоблени врвови се јавуваат на венци и била и потсетуваат на пластови сено и најчесто се именувани како глави Острите врвови се јавуваат на планинските гребени и се нарекуваат чука, заб, шило и сл.
Превој или седло	е вдлабнатина помеѓу две планини, врва, била или гребени
Коса	Ограноци кои од планинските страни бочно се разгранети према подножјето, при што висината постепено им се смалува
Планински систем	Групирани повеќе планини
Планински венец	Поврзани повеќе венечни планини
Планинска маса	Поврзани повеќе грамадни планини
Венечни планини	Настанале со хоризонтални движења на земјините слоеви со набирање во вид на набори и навлекување на слоевите и тоа на седиментните стени во геосинклиналите, односно во огромните вдлабнатини кои со милиони години се таложеле голема количина на седименти. Најзначајно набирање или орогенеза е алпското набирање. Со алпското набирање или орогеназа се формирани сите венечни ли набрани планини кои се највисоки и најзабележителен облик во сегашниот релјеф на сите континенти. Тоа се најмладите планини, кои најчесто се протегаат на ивицата на континентите

	покрај океани и мориња. Во Европа се Алпите со правец запад – исток, во Северна и Јужна Америка во правец Југ – Север со должина од повеќе илјади километри и сл.
Грамадни планини	Настанале со раседнување, односно издигнување и спуштање на теренот вдолж на големи пукнатини – раседни линии. Тие се издигнуваат во вид на грамади без јасно орден правец на протегање. На нив чест осе наоѓаат пространи високи зарамнини кои се нарекуваат висоравнини или платоа. Најчесто помеѓу грамадните планини лежат спуштени делови на теренот во вид на котлини (кои можат да бидат и исполнети со вода во вид на езера) и ровови. Познати грамадни палнини се Родопи, Вогези,
Вулкански палнини	Настануваат со нагомилување на исфрлена лава и друг вулкански материјал. Овие планини најчесто имаат облик на купа. Најистакнати вулкански планини се во источна Африка – Килиманџаро, Кенија, Рувензори и др., во Средна Америка (Попокатапетел, Оризаба и др.), и на други места.

Два основни фактори на планините кои предизвикуваат модификување на бројни физичко – географски и на некои антропогено – географски елементи се височината и нагибот.

Височината пред се влијае на температурата. Познато е дека на секои 100 м. височина средната температура паѓа за 0,4 – 0,5 °C. Од друга страна, доколку височината се зголемува, дотолку се смалува воздушниот притисок. Со зголемување на надморската височина се зголемува до одредени граници и количината на врнежи, бидејќи на поголема височина се поповолни условите за кондензовање на водената пареа. Височината посредно влијае и на должината на траење на снежниот покривач, бидејќи доколку таа е поголема, дотолку подолго ќе се одржат ниските температури а со тоа и снежниот покривач. Височината е важни и за циркулацијата на воздушните маси, нарочито за нивното хоризонтално движење – ветрови: доколку планинските венци, грамади или купи високи, дотолку тие се бариера за ветровите.

Расчленетоста на релјефот влијае и на вертикално движење на воздушните маси. Доколку некоја планина повеќе е расчленета со меѓупланински долини или котлини се подлабоко и појакно затворени, дотолку се поповолни условите за „заробиување“ на студениот воздух кои како тежок се спишта и стагнира, предизвикувајќи температурна инверзија. Инверзија на студен воздух со густе магли во долината и котлината, а на топол воздух и ведеро сончево време на поголемите височини.

Височината влијае и на глацијалниот феномен, на топење и создавање на ледниците. Така, снежната граница во умерените широчини е над 3000 метри, во тропските од над 5000 метри, во студените субполарни е на морското ниво.

Височината влијае и на вертикалната растителна зоналност по катови од ниски предели каде се среќаваат жита, зеленчук, овошје, шумски појас (листопадни и иглолисни дрва), преку високи катови на предели со тревни области до највисоките предели без вегетација а со камењари и вечен снег. На различна височина човекот различно е аклиматизиран – по правило се потешко се чувствува на поголемите височини. Ова доаѓа од тука, што воздухот со височината се повеќе се разрежува, а тоа го отежнува дишењето, движењето,

притисокот врз крвните садови (симптоми – зуење во ушите, солзење на очите, стегање на главата, течење на крв од носот и сл.) и сталниот живот на највисоките делови на планините. Преку релативно ниските температури, мраз, големата облачност, врнежи, магли, ветрови и сл., височината ја отежнува култивираноста на растенијата и влијае врз планинската населеност. Во умерените широчини, горна граница на постојана населеност по правило е ретка од над 1500 м., а во тропските често е над 3000 метри.

Нагибот е од големо значење за интензитетот на ерозивните процеси. Процесот на ерозија е поинтензивен на терени кои се со поголем нагиб, односно на стрмни терени. Нагибот е важени и за струењето на воздушните маси кои се спуштаат и имаат слаповит карактер. Стрмните падини по правило се помалку покриени со растителен покривач, од порамните терени. Нагибот е проблем при градба на патишта, железнички пруги, тунели, мостови и разни други објекти. Стрмните терени се поволни за смучарски патеки како и за развој на разни зимски спортови.

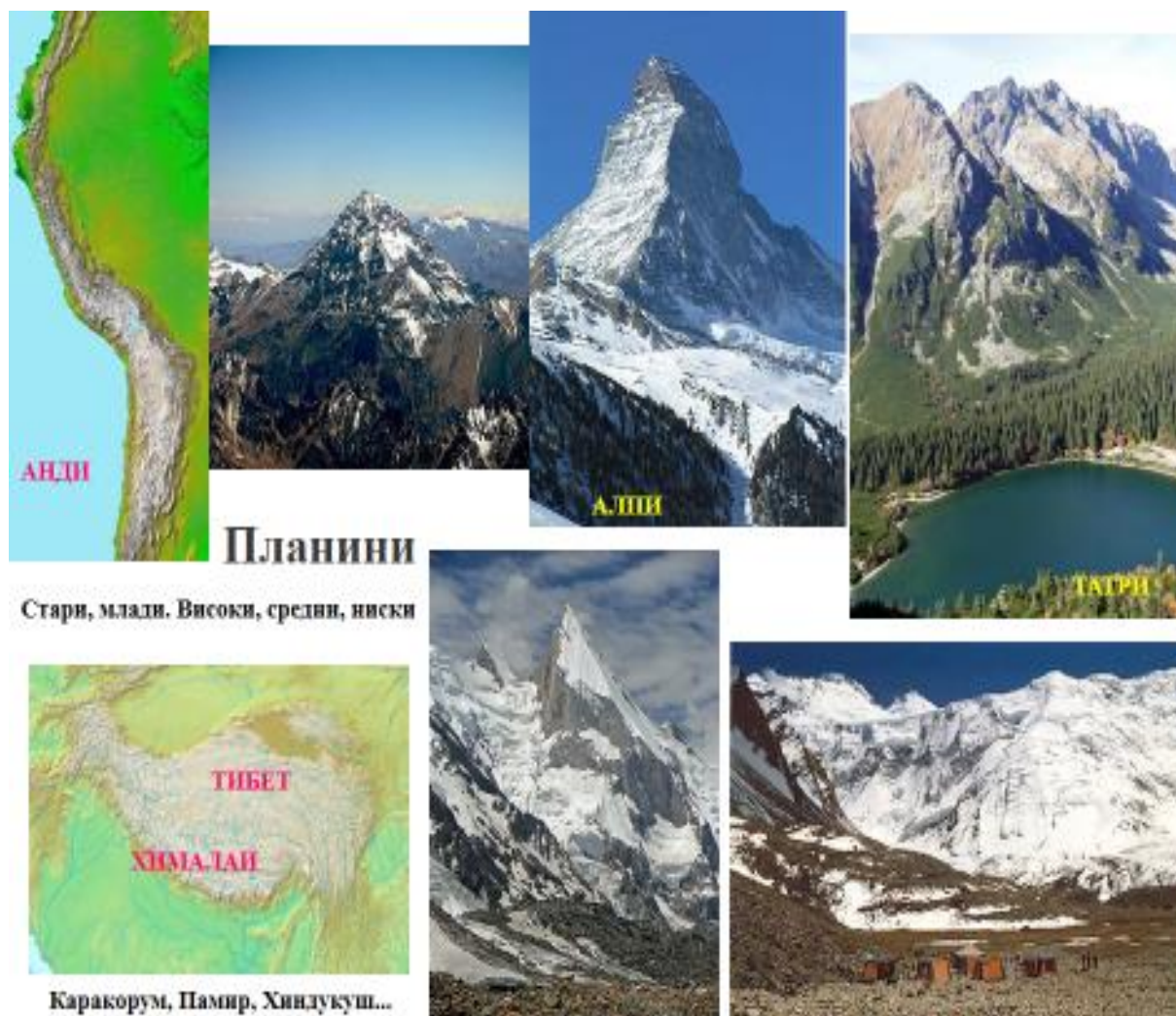
На планините населението принудено е да своите активности ги прилагоди на краткиот вегетациски период. Планинците се принудени да во значителна мера ја прилагодат својата материјална култура на планинските животни услови: дрвени или камени куќи со стрмни покриви, дебела волнена или кожена облека,обувки прилагодени за лесно движење по камењари, вода, снег.

Табела 7.: Некои од највисоките планини во светот

Континент	Планина	Височина/ метри	Венец	Место
Европа	Мон Блан	4807	Алпи	Франција
	Монте Роса	4638		Италија,
	Брејторн	4165		Швајцарија
	Јунгфрау	4158		Швајцарија
	Ането	3404	Пиринеи	Шпанија
	Монте Пердидо	3355	Етна	Италија (Сицилија)
	Етна	3295		
Азија	Еверест (Сагармата)	8846	Хималаи	Кина, Непал
	K2 (Дапсанг)	8611	Каракорум	Индија
	Канченјунга	8598	Хималаи	Индија, Непал
	Лоце	8511		Непал
	Макалу	8480		Кина, Непал
	Даулагири	8172		Непал
	Нанга Парбат	8126		Индија
	Анапурна	8078		Непал
	Врв на комунизмот	6795	Памир	Таџикистан
	Демавенд	5670	Елбруз	Иран
	Елбрус	5633	Кавказ	Иран
	Арарат	5165	Арменија	Турција
	Фуџијама	3776	Фуџијама	Јапонија

Африка	Килиманџаро	5895	Килиманџари	Танзанија
	Кенија	5194	Кенија	Кенија
	Руензори	5119	Руензори	Уганда
	Рас Дашан	4620	Етиопски Масив	Етиопија
	Тубкал	4163	Атлас	Мароко
	Камерун	4070	Камерунски Масив	Камерун
Америка	Аконгагва	6959	Анди	Аргентина
	Охос дел Саладо	6893		Чиле – Аргентина
	Илимани	6882		Боливија
	Тупунагато	6800		Аргентина – Чиле
	Писис	6779		Аргентина
	Мерседарио	6770		Перу
	Уаскаран	6739		Аргентина – Чиле
	Лјулјаилјако	6739		Перу
	Коропуна	6615		Еквадор
	Чимборасо	6227		САД
	Меккинли	6050	Алјаска	Еквадор
	Котопакси	5897	Анди	
Океанија	Мауна Кеа	4208	Мауна Кеа	Хаваи
	Кук	3764	Новозелански Алпи	Нов Зеланд
	Коскиуско	2228	Снови	Австралија
Антарктик	Еребус	3794	Еребус	Антарктик

Под дејство на орогените движења со набирање на Земјината кора настануваат **венечни или верижни планини**. Венечните планини се највисоки и се протегаат на работ на континентите со океаните и морињата. Познати **венечни планини** се: Алпи, Пиринеи, Апенини, Динариди, Пинд, Атлас, Кавказ, Елбурс, Хиндукуш, Памир, Каракорум, Хималаи, Кордилјери, Карпестите Планини, Приморски Планини, Анди, Снежни Планини, Австралиски Алпи или Сини Планини, Јужни Алпи, Капски Планини, Дракенски Планини и други.



Планини

Стари, млади. Високи, средни, ниски

Каракорум, Памир, Хиндукуш...

Слика 1.: Млади верижни планини

Под дејство на орогени движења со раседнување на Земјината кора **настануваат грамадни или грамотни планини**, кои според времето на настанување се стари планини и во голем број се протегаат на сите континенти. Грамотните планини настануваат со раседнување и помеѓу нив се спуштени делови во вид на котлини и вдлабнатини. Познати **грамадни планини** се: Урал, Скандинавски Планини, Гремпиенски Планини, Каледонски Планини Вогези, Француски средишен масив, Шварцвалд, Ардени, Јура, Рудни Планини, Судети, Рила, Родопи, Олимп, Тјен Шан, Алтај, Сајански, Јаблонски Планини, Стеновојски Планини, Верхојански Планини, Кунлун, Источни и Западни Гати, Апалачки Планини, Гвајански Планини, Бразилски Планини, Ахагар, Тибетски, Камерунски Планини, Етиопски Планини и други.

Третиот вид планини се **вулканските**. Вулканските планини настануваат под дејство на вулкански ерупции и имаат облик на купа. **Вулканите** се специфични геоморфолошки творби што настануваат со излевање на вжештена лава, пепел и гасови од внатрешноста на Земјината површина (литосфера).



Слика 2.: Атрактивни туристички вредности на Везуф и Стромболи

На Земјата постојат илјадници активни и изгаснати вулкани. Од вкупно 624 активни вулкани, најмногу 418 се протегаат на Огнениот Пацифички појас, а остатокот се протегаат во Средоземното Море, Сундските острови, Атлантскиот Океан, Африка итн. **Типови на вулкани според видот на ерупција:** везувски, стромболски, хавајски, пелешки и др. **Вулкански релјефни облици:** вулканска купа, кратер, канал, калдера (голем разнесен или еродиран кратер). **Вулкански материјал** - туф, бреча, лава, пепел и сл. **Поствулканиски појави:** солфатари, мофети, гејзири, термални извори и др. Најпознати **вулкански планини** се: Везуф, Етна, Стромболи (во Италија), Хекла (во Исланд), Кенија (во Кенија),

Килиманџаро (во *Танзанија*), Рувензори (во *Уганда*), Фучијама (во *Јапонија*), Оризаба и Попокатапетел (во *Мексико*), Чимборазо (во *Еквадор*), Килауеа, Мауна Лоа, Мауна Кеа (*Хаваи, САД*), Кракатау (*Индонезија*), Кључевскаја сопка (*Руска Федерација*) и др.

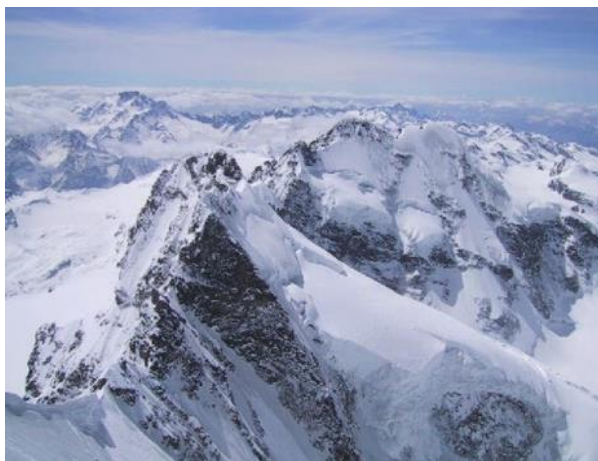
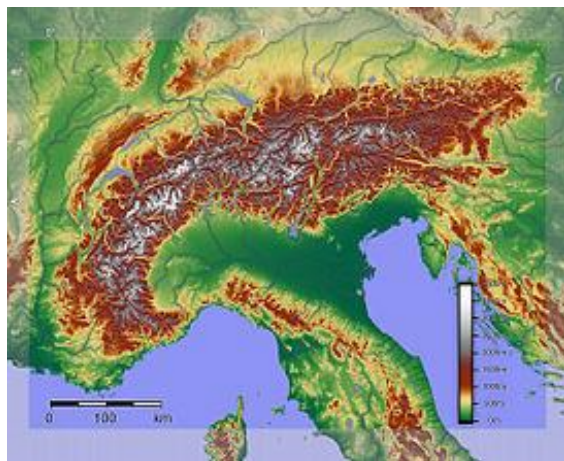
Најпосетувани активни вулкани од страна на туристите се Везув (со 2 милиони туристи), Етна (1,5 – 2 милиони туристи), Стромболи, Килиманџаро, Мауна Лоа, Мауна Кеа (со над 2 милиони туристи) и други.

Табела 8.: Поделба на планинското земјиште на Земјата

Вкупното планинско земјиште со над 500 м.н.в. на Земјата зафаќа површина од 71.200.000 км ² , или 47,9%, од тоа:		
Ниско планинско земјиште	28.900.000 км ²	19,5 %
Средно планинско земјиште	22.600.000 км ²	15,2 %
Високо планинско земјиште	19.700.000 км ²	13,2 %

Најпознати поголеми **планини во Европа**, што имаат и определено туристичко значење, се: Алпи, Пиринеи, Карпати, Апенини, Јура, Вогези, Ардени, Шварцвалд, Динариди, Кавказ, Балкан, Родопи, Рила, Пирин, Пинд, Татри, Судети, Скандинавски, Ибериски, Бетиски, Сиера Невада, Кастилијански, Пенински, Грампиенски, Урал и други.

Краток опис „лична карта“ на планините



Слика 3.: Планина Алпи, карта и фотографија, <http://en.wikipedia.org/wiki/Alps>

АЛПИ: Се најголемиот и најпознатиот планински венец во Европа со површина од 220.000 км². Алпите, се најпроучени планини во светот. Тие спаѓаат во групата високи планини, настанати со набирање и делумно со раседнување, а според старост се млади верижни планини, настанати со Алпската орогенеза (пред 90 – 100 милиони години) во периодот мезозоик - кенозоик. Се протегаат на јужниот дел на Европа, во вид на лак во должина од околу 1.200 км, со највисок врв Мон Блан со 4.807 метри, и широчина помеѓу 100 – 200 км. Алпите се поделени во повеќе венци, од нив извираат повеќе големи европски реки, изобилуваат со

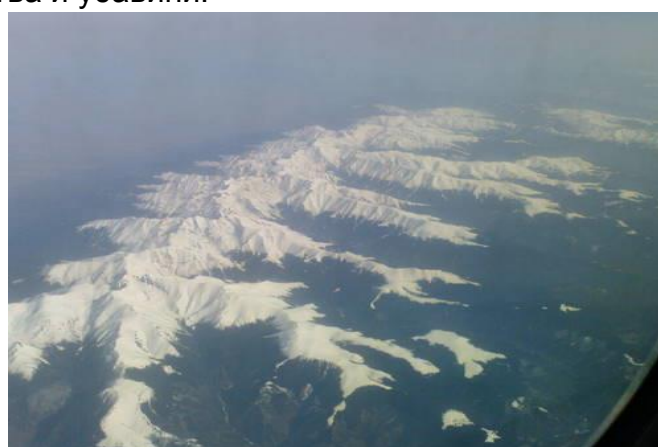
природни езера, реки, водопади, клисури, кањони, пештери, ледници и други природни убавини.

ПИРИНЕИ: Се наоѓаат на Пиринејскиот Полуостров, помеѓу Франција и Шпанија, и се протегаат од Атлантскиот Океан до Средоземно Море, во должина од 435 км, со највисок врв Пико де Ането со височина од 3.404 м. Изобилуваат со природни убавини, планински езера, реки, водопади, пештери, растителен и животински свет. На Пиринеите има повеќе зимско - летни туристички места на двете страни, и од шпанската и од француската страна. Тука се наоѓа и малата планинска држава Андора.



Слика 4.: Планина Пиринеи, карта и фотографија, <http://en.wikipedia.org/wiki/Pirineos>

КАРПАТИ: Се протегаат во вид на лак од јужна Полска, преку Словачка, Украина се до централна Романија, во должина од 1.450 км., со највисок врв Герлаховски Врв со 2.655 метри. Тоа се планини испреплетени со стрмни карпести страни и плодни котлини, планински езера и варовнички висорамнини и пештери, и изобилуваат со природни богатства и убавини.



Слика 5.: Планина Карпати, карта и фотографија, http://en.wikipedia.org/wiki/Carpathian_Mountains



УРАЛ: Се протега во правец север - југ, во должина од 2.400 км. во средишниот дел на Русија, со највисок врв Народнаја со 1.895 метри. Урал е поделен на поларен, северо-поларен, северен, централен и јужен. Таа е планина којашто евроазискиот континент го дели на два нееднакви дела: Европа и Азија. По настанок е стара грамадна планина, која во текот на геолошката историја интензивно била зафатена и со глацијација, богата е со природни богатства и убавини, од неа извираат реките Урал и Кама, испреплетена е со стрмни страни, планински езера и слично. По изградбата на повеќе патишта, железнички пруги и аеродроми, посетеноста од туристи значително е зголемена.



Слика 6.: Планина Урал, карта и фотографија,

[http://bs.wikipedia.org/wiki/Ural_\(planina\)](http://bs.wikipedia.org/wiki/Ural_(planina))

КАВКАЗ: Претставува млада висока планинска верига во должина од 1200 км, и е природна граница помеѓу Европа и Азија, како и помеѓу Црно Море и Касписко Езеро. Највисок врв е Елбрус со 5.642 метри. Кавказ е поделен на Голем и Мал Кавказ. Планините изобилуваат со природни богатства и убавини. Посетени се од голем број туристи, а особено планирани и алпинисти.



Слика 7. Планина Кавказ, карта и фотографија,
http://en.wikipedia.org/wiki/Caucasus_Mountains

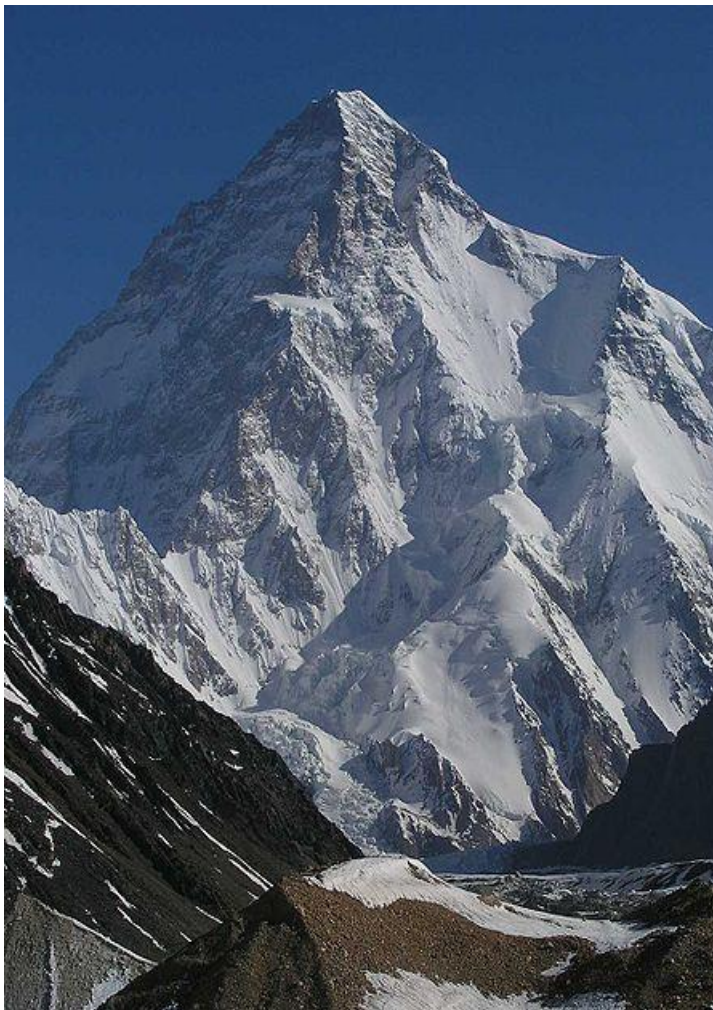
Најпознати поголеми **планини во Азија**, што имаат и определено туристичко значење, се: Елбурс, Тјен Шан, Памир, Каракорум, Хималаи, Кунлун Шан, Нан Шан, Алтај, Сајански Планини, Јаблонски Планини, Становојски Планини, Верхојански Планини, Колимски Планини, Понтиски Планини, Тавор, Загрос, Ирански Планини, Источни и Западни Гати, и други.

КАРАКОРУМ е голем планински венец во должина од 500 км., што се протега помеѓу Пакистан, Кина и Индија. Има над 60 врвови со над 7 и 8.000 метри. Опкружен е со планините Хималаи, Хинду Куш, Памир и висорамнината Тибет. На планината се среќаваат голем број ледници. Најпознат врв за искачување на планинарите и алпинистите е К2 (8611 м.), кој е втор највисок врв во светот.

Слика 8.: К2 (8611 м.) втор највисок врв во светот

<http://en.wikipedia.org/wiki/K2>

ХИМАЛАИ се највисок планински масив во светот, со врвови високи повеќе од 8.000 метри. На Хималајскиот Масив се наоѓаат првите 40 највисоки планини во светот. Хималаите се протегаат во должина од над 2.500 км., со просечна широчина од 300 км, и со највисокиот врв во светот Монт Еверест, висок 8.864 м. (8.848 м., според други извори). Хималаите се протегаат помеѓу државите Непал (во која се наоѓаат највисоките врвови), Бутан, Кина, Индија и Пакистан. Хималаите, а особено државата Непал, се



најатрактивни дестинации за алпинизам и екстреман планински туризам. Монт Еверест досега го искачиле неколку илјади алпинисти, од кои 5 алпинисти се Македонци: Димитар Илиевски - Мурато (10.05.1989), Глигор Делев (16.09.2007), Сашко Кедев (19.05.2009), Здравко Дејановиќ (24.05.2010) и Илина Арсова (прва Македонка, на 11.05.2013). Додека пак, алпинистот Здравко Дејановиќ е прв Македонец кој на 27.06.2014 година се искачил и на врвот К2 (8.611 м.), вториот највисок врв во светот, а на 24.03.2015 г. се искачи и на „супертешкиот врв“ Анапурна 1 (8.091 м.).



Слика 9.: Планина Хималаи, и врвот Монт Еверест (Сагармата), 8.864 м
<http://en.wikipedia.org/wiki/Himalayas> ; http://en.wikipedia.org/wiki/Mount_Everest

Најпознати поголеми **планини во Африка**, кои имаат и определено туристичко значење, се: Атлас, Ахагар, Тибести, Камерунски Планини, Етиопски Планини, Капски Планини, Дракенски Планини, Кенија, Рувензори, Килиманџаро и други.

АТЛАС се протега во северозападниот дел на Африка, од атлантскиот брег на Мароко до источниот брег на Средоземно Море во Тунис. Вкупна должина на планината изнесува 2.400 км, највисок врв е Тубкал со 4.165 м. Се дели на повеќе делови: Висок, Среден и Низок, Тел Атлас и Сахарски Атлас. Највисоките делови се покриени со снег. Оваа планина е најпозната и туристички најуредена планина во Африка.

Најпознати поголеми **планини во Америка**, што имаат и определено туристичко значење, се: Апалачки Планини, Алјаски Планини, Корделјери, Какадски Планини, Стеновити Планини, Приморски Планини, Сиера Невада, Сиера Мадре, Анди, Гвајански Планини, Бразилски Планини и др.

АПАЛАЧКИ ПЛАНИНИ се стари грамотни планини, се протегаат по должина на источниот дел на Северна Америка од Квебек во Канада до Алабама во САД, во должина од 2.400 км. Највисок врв е Мичел со 2037 метри. Во овие планини се среќаваат разни видови на растенија и животни, и поради тоа одредени предели се прогласени за национални паркови. Тука, се наоѓа и најдолгата пештера Мамутската пештера, која што е сложена пештера долга околу 500 км., и туристички е посетена во милиони туристи.

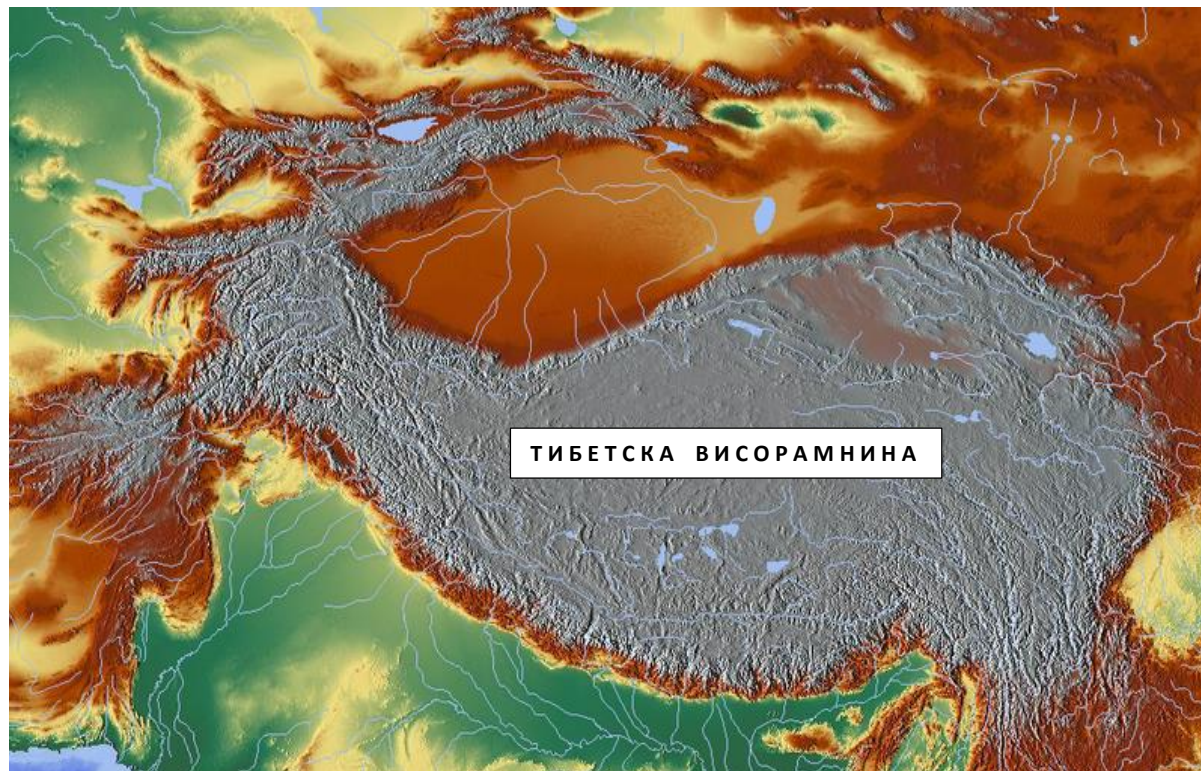
КОРДИЛЈЕРИ се Алјаски Планини, Западни Кордилјери или Приморски Планини, Каскадски Планини, Карпести Планини, Сиера Невада и други. Висорамнини, Јелостоун национален парк, тоа е прв национален парк во светот, прогласен во 1872 година. Корделјерите се долги се 6.000 км., и се протегаат, на север од Алјаска до Њу Мексико на југ, највисок врв е Мек Кинли со 6.194 метри. На овие планини се среќава најразновиден растителен и животински свет. Тука се среќаваат повеќе национални паркови и резервати. Посетеноста на големиот број пештери, вулкани, гејзири, водопади, кањони, пустини (Долина на смртта, Хила, Мохаве, Солена Пустина), висорамнини (Колумбиска, Голем Басен, Колорадо) и сл., е посетена од страна на милиони туристи.

АНДИ се млад верижен планински систем што се протега по западниот брег на Јужна Америка, од Карипското Море до 'ртот Хорн, во должина од 7.200 км., и максимална широчина од 2000 км, а највисок врв е Аконкагва 6.959 м. На оваа планина се среќаваат голем број активни и изгаснати вулкани, ледници, кањони, водопади, клисури, пустината Атакама, езера и друго.

Најпознати поголеми **планини во Австралија**, што имаат и определено туристичко значење, се: Австралиски Алпи или Сини Планини, Големи Водоразделни Планини, Мазгрејв, Мегдонелови Планини, Големи водоразделни планини, Мазгрејв, Мегдонелови планини, и други.

АВСТРАЛИСКИ АЛПИ заедно со Големите Вододелнички Планини или Австралиски Кордилјери, се протегаат од полуостровот Кејл Јорк, по должината на источниот брег на Австралија сè до островот Тасманија на југ. Вкупната должина изнесува 3.600 км., со највисок врв Кошќушко 2.228 метри. Австралиските Алпи или Сини Планини се посетени од милиони туристи, и на нив изградени се туристички центри за зимски спортови.

Висорамнините претставува таков релјеф што се протега на поголеми надморски височини опкружен со високи планини. Висорамнините помалку се атрактивни туристички целини. Се наоѓаат на различна надморска височина, од 300 па до 5.000 метри. Најпознати висорамнини на Земјата се: Средноруска, Белоруска, Северна, Приднепарска, Волинско – Подолска, Шлеско – Малопопска, Средно Сибирска, Јукагирска, Становојска, Тибет, Декан, Арабиска, Иранска, Анадолија, Казашка, Етиопска, Езерска, Јужно-африканска, Лабра-дорска, Колумбиска, Колорадо, Мекси-канска, Бразилска, Патагонија и други висорамнина.



Слика 10.: Висорамнина Тибет опколена со високи планини

2. ФАКТОРИ ЗА ПОСТОЕЊЕ И РАЗВОЈ НА ПЛАНИНСКИОТ ТУРИЗАМ

Планините кои зафаќаат големо пространство на Земјата се од големо значење за развој на туризмот. Планините располагаат со комплекси туристички вредности од рекреативни преку спортски од здравствени, со можности за успешно практикување како во летниот така и во зимскиот период од годината.

Планинскиот релјеф е претставен преку планинските масиви кои содржат различни атрактивности, како што се: врвови, стрмни страни, зарамнети површини, длабоки долини, клисури, кањони, пештери, растителен и животински свет (*шуми, ливади, разновидна вегетација, различна фауна и сл.*).

Планинските страни се значајни за зимските спортови: скијање (*слалом, спуст*), санкање, скокови и др. Зарамнините се добри за скијачи почетници, односно за безбедно скијање. Врвовите се места со прекрасни панорамски погледи кон хоризонтот и околниот простор. Длабоките долини, клисурите, кањоните и сл., се места кои побудуваат посебни мотивски атрактивни вредности кај посетителите.

Климата претставува еден од најзначајните фактори за развој на туризмот, тука таа се нарекува „воздушна бања“. Поаѓајќи од тоа дека климата му одговара на секој човечки организам, и планинската клима има своја улога во заштита на здравјето. Познато е дека оние кои имаат проблеми со дишење, или пак се пушачи, добиваат препораки за почесто посетување на планинските предели. Исто така, планинските предели со надморска височина 1200-1400 метри, каде планинската клима е со поблаги вредности (се мисли на умерените географски широчини) е поволна за подобрување на крвната слика (зголеување на црвените крвни зрнца), регулирање на крвниот притисок, психолошки спокој и сл.

Планините се поатрактивни за туристите во текот на летото, но и во текот на зимата. Во текот на летото на планините се одвиваат разни активности. Така доколку има езера се правата активности на вода (капење, сончање, кајакарство и сл.), воздух (летање со палаглајдер, падобран и др.), на копно (планинарење, рекреативно пешачење, велосипедизам, голф, јавање со коњи, алпинизам и сл.).

Во текот на зимата на планините се одвиваат разни активности, скијање, санкање, скокање и други зимски атракции („зимски снежен град“ и сл.).

Од големо значење се и хидрографските вредности, како што се планинските природни (гласијални или леднички езера и вулкански езера) и вештачки езера, реки (клисури, кањони, водопади, слапови и сл.) извори (ладни и топли или термални). Разни активности како што се: пливање, нуркање, скијање на вода, возење со клисери, веслање, кајак на мирни и диви води, кану, бањање во топли води и други активности.

Исто така, од големо значење е богатството на планинската флора и фауна. Тие со нивната огромна и бесцената разновидност особено влијаат врз развојот на планинскиот туризам. Имено, човековите сетила (вид, мирис, вкус, допир) во планинската природа максимално се во функција, бидејќи планината е одлично место за рекреација и одмор на човековото битие. Во некои планини се практикува и „фито и зоо туризам“ на набљудување, фотографирање без уништување на природата (кинење цвеќиња, сечење дрва, кршење гранки, убивање животни,

птици и сл.). Таму се практикува сксиомата „добирај со очи“. Сепак, во дел од планини се практикува ловен и риболовен туризам во одредени резервати за таа намена. Додека пак, во останатите делови има строго заштитени зони, национални паркови, природни резервати, споменици на природата итн.

Пејсажите се особено привлечни за најбљудување, фотографирање т.н. „фото сафари“. Така, едни од најдобрите фотографии низ светот се планинските пејсажи.

Сите погоре наведени активност во планинските простори, ја имаат моќта на взаемност и во целина даваат прилог во зголемувањето на туристичката посетеност на планините воопшто.

Нема планински туризам и привлекување на посетители и туристи доколку не се исполнети следните критериуми:

Табела 11.: Инфраструктура потребна за планински туризам
Изградена инфраструктура за логистика и опслужување на:

Атрактивни мотиви	Природни	Уредени, обележани и безбедни излетнички локалитети, видиковци, сигналистика за посета и престој на врвови, ледници, реки, водопади, реки, гејзири, национални паркови, камењари, сипари, релефни фигури отсеци и ср.
	Антропогени	Уредени, обележани и безбедни локалитети, музеи, споменици, стари куќи,...
Комуникативни мотиви	Сообраќај	Современи патишта, железница, жичница, аеродроми, хелиодром, бензински пумпи, авто сервиси и др.
	Водоводна	Редовна дистрибуција, доволно количина на чиста и квалитетна вода за пиење,...
	Енергетска	Редовна дистрибуција, затоплување, ладење,...
	Канализација	Подземна, безбедна која не загадува
	Комуникативна	Интернет, телефонија, телевизија,...
Рецептивни мотиви	Сместување	Планинарски домови, преноќишта, хотели, хостели, мотели, рурални куќи,...
	Исхрана	Угостителски објекти: ресторани, пицерији, слаткарници, барови, клубови,...
	Спорт и забава	Спортски терени (<i>отворени и затворени</i>), базени, културни домови, театри, кина, ноќни клубови, обложувалници, казина, шопинг центри.
Едуцикативни мотиви	Домородно население	Комуникација, гостопримство, култура во однесување, планински водичи,...

	Стручни служби	Планинарски друштва, асоцијации, сојузи, туристички агенции, туристички водичи,...
Одржливост на чиста средина	Еколошки стандарди	Редовно собирање и складирање на отпадоци, редовна контрола елиминирање на сите потенцијални загадувачи, грижа за природата, казни за загадувачите,...

Планинскиот туризам е релативно малд. За вистинскиот развој на зимско скијачкиот туризам може да стане збор од периодот помеѓу двете светски војни, така што од 1933 до 1938 се изградени првите жичари за превоз на скијачите од Швајцарија, Австрија и Франција. Жичарите, како превозно средство имаат друга историја. Имено уште старите јапонци, кинези, индијци и инки ги употребувале за превоз по непристапен терен, затоа што друг вид на превоз на луѓе и стока не бил возможен.

Жичарите кои денес ги знаеме потекнуваат од 20 век кога во 1907 година во Шпанија почнала со работа првата вистинска жичара. На Алпите развојот започнал со изградба на жичара во Болзана на Јужен Тирол. Вистинскиот подем го доживува во 50-те години од минатиот век, при што достигнува свој најголем замав во периодот од 1955-1965. Во Европа во 1965-1975. Во САД, кога се изградени 250-те жичари. Во тој период настанале сите големи планинско-туристички центри, кои постепено се развивале и населувале како што се на пример, Les Meneures во Франција, Kaprun-Zellam See во Австрија, Veysonaz во Швајцарија, Superski Dolomiti во Јужен Тирол и сите планински туристички центри во Словенија.

Планинските центри се развивале во два правци и тоа, како спортско-рекреациски подрачја за задоволување на потреби за физичка активност и како планински-туристички центри со сместувачки капацитети, кои го заокружуваат тој туристички производ. На почетокот од развојот на планинските центри, поголемиот дел од приходот го остварувале воглавно во зимскиот период. Со развојот на туристичката индустриска понуда, планинските туристички центри почнале да развиваат програми за проширување на сезоната, односно надвор од зимската сезона.

3. МЕНАЏМЕНТ И МАРКЕТИНГ СТРАТЕГИИ И ЕКОНОМСКИ ПРИДОБИВКИ ОД ТУРИЗМОТ ЗА ПЛАНИНСКИТЕ РЕГИОНИ

Доколку планинската средина сакаме да ја развиваме во правец на планински туризам, тогаш потребни се практикување на менаџмент и маркетинг стратегии и принципи. Менаџментот како процес опфаќа збир на специфични активности кои ги нарекуваме функции на менаџментот, кој опфаќа планирање, организирање, управување и контрола.

Поради конкурентскиот пазар и подложноста на туризмот под влијание на надворешните сили, идеалната структура на **планирањето** би требало да биде

флексибилна и динамична, а не крута и догматска. Фазата на планирање би требало да биде повеќе насочена кон надворешните целни опкружувања и повеќе насочена на консензус отколку во случај на нормално работно планирање. Ова ги зема предвид принципите за користење на земјата, заедно со стандардните работни цели. Главни приоритети врзани за работното планирање се често (јасни) и директни и лесни за квантификација, заради тоа што вклучуваат ограничен број учесници. Туристичкото планирање упатува на одредување визија, мисија, цели и задачи.

Организирањето како процес подразбира специфицирање на начинот и средствата за обновување на секоја планирана работа и за остварување на попродуктивни ефикасни и ефективни резултати. За организирање на реализација на планот за определена планинска туристичка дестинација ќе биде неопходно да се обезбеди поддршка и вклучување на три главни групи на учесници: властите, туристичките сектори и локалното население. Во рамките на овие три групи ќе постојат специфични интереси и приоритети кои ќе мора да бидат преместени и интегрирани во некои вистински организациски работи и соработки.

Управување (регулација) на развојот означува систем на легитимни влијанија на однесувањата на поединците и социјалните/интерес групи спрема претходно поставени цели. По содржина **водењето/раководењето** или **управувањето** мора да почива и врз мотивирање, односно стимулирање на работниците за остварување на очекуваните резултати, но и нивно координирање и одлучување.

Контролата е работен термин кој се однесува на оценката за тоа како некоја планинска туристичка дестинација ги утврдува стандардите, како ги вреднува вистинските очекувања и како ги превзема корективните мерки кога се неопходни. Тоа е нужен чекор во дестинацискиот менаџмент, заради осигурување на неговите задачи, да бидат јасни за клиентите и услугите/производите да ги задоволат нивните очекувања.

Неоспорно е дека за развој на планинскиот туризам потребни се формирање на менаџмент тимови, за работа во разни места и објекти, како што се работа во хотели, ресторани, планинарски домови, планинарски друштва, сојузи, заедница, но и во администрација на општина, населба и сл. Исто така, потребна е соодветна едукација (за чување и заштита на планината) на планинарите, алпинистите, излетниците-вљубеници во природата, и останати лица кои престојуваат-поминуваат низ планинските предели.

Во согласност со концепцискиот модел развојот на туризмот во одредено планинско подрачје, **маркетингот**, би требало да ги опфати следните компоненти: Анализа на екстерното опкружување; Анализа на интерните ресурси; Дефинирање на мисијата, целите и патот; Формулирање на правилната маркетинг стратегија; Развој и стратегија на инструментите во маркетингот (производ, цена, промоција и каналите за продажба); Дизајнирање на правилна организација и развој на информационите системи и Контрола на севкупната активност.

Ситуационата анализа, како прв чекор во менаџментот се состои од анализи за: макро опкружување, пазарите, конкуренцијата и интерното опкружување. Во суштина, може да се разгледува и како: анализа на екстерно опкружување и анализа на интерно опкружување. За сето ова корисна е SWOT анализата која што

доведува до кореспонденција на изразените **можности** или шанси (O – Opportunities), па предностите на животната средина или **силни страни** (S – Strengths), потоа интерните ресурси, истовремено со забележување на екстерните **закани** (T – Threats) и разгледување и сумирање на интерните недостатоци или **слаби страни** (W - Weaknesses). Впрочем, според овие основи, може да се утврди стратешкиот правец на туристичката дестинација. Преку SWOT анализата се проценуваат севкупните состојби предизвикани од внатрешни и надворешни позитивни и негативни фактори, како и трендовите кои можат да влијаат на подобрување на реализацијата.

Во развојот на маркетиншката конкуренција спрема друга планинска дестинација, како олеснување во остварување на мисијата се применува одреден модел, таканаречен SMART (SMART) принцип кој изгледа вака: Специфичност (Specific), Мерливост (Measurable), Согласно (Agreed), Реалност (Realistic) и Временска ориентираност (Time – Constrained).

Според SMART принцип се одделуваат состојби кои влијаат врз остварување на мисијата. Секоја состојба се обработува посебно, и тоа според специфика, потоа дали истата е мерлива (според туристички, економски и други критериуми), па дали истата е во согласност со планираните цели и мисија, дали реално е остварлива, и периодот на временската ориентираност или реализација.

Маркетингот и разновитените промотивни активности се важни сегметн во планинскиот туризам. Значи, потребно е континуираната **промоција** на организирање на разни средни, саеми, искачувања, средби, маршеви, планинарење, алтернативни спортови и други видови алтернати во туризмот. Сите активности треба да почиваат врз маркетиншки активности за привлекување на разновидни целни групи на посетители и туристи, со цел што повисоки финансиски добивки.

Планинските предели се одликуваат со помала густина на населеност и со специфични занимања на населението. Планинскиот туризам на локалното население им нуди нови занимања. Заради тоа, потребно е нивно едуцирање за маркетинг и менаџмент во сверата на туризмот и угостителството. Се отараат нови бизниси и објекти (хотели, ресторани) на кои им треба млад и едуциран кадар (менаџери по хотелиерство, угостителство, рурален туризам и др.). Новите бизниси и вработувања иницираат и мобилност на работната сила на релација котлина – планина, со можности за трајно или сезонско вработување. Туристите кои доаѓаат во планинските места и финансиските средства кои ги оставаат, се фактор повеќе за отварање на нови работни места. Така, вработувањата во планинските предели, претставуваат големи економските придобивки за развој на планинските региони.

4. СТРАТЕГИЈА ЗА РАЗВОЈ НА ПЛАНИНСКИОТ ТУРИЗАМ И ТУРИСТИЧКА ИНФРАСТРУКТУРА ВО ПЛАНИНТЕ

Туристички развиени држави за сите видови туризам редовно изработуваат стратегии за развој на туризмот димензионирани за 5, 10 или повеќе години. Сите Алпски држави имаат изработено Стратегии за планински туризам. Стратегијата се изработува за планирање и утврдување одредена динамика во реализација на планинскиот туризам.

Се утврдува правецот и динамиката на развој на планинскиот туризам, планинарење, алпинизам, ски центри, планински велосипедизам, планински атлетски трки, маратон, маршеви, ориентација во природа, излетништво и др. Се утврдуваат локации за изградба, пристап и уреденост на видиковци, излетнички места, нивна сигнализација, маркиции, еколошка инфраструктура и др.

Во нашата држава се уште нема стратегија за развој на планинскиот туризам. Во РМ сите осум статистичкио просторно – плански региони располагаат со планински предели, но до сега за ниеден нема изработено стратегија за планински туризам. Значи се уште не сме одделиле посебни региони, села, предели, планини и сл.

Од големиот број на објекти именувани како планинска туристичка инфраструктура ќе ги споменеме: планинарски домови, хотели, угостителски објекти, прифатилишта, планинска сигнализација (маркација, обласни табли, корпи за отпадоци и др.), уредени видиковци, локалитети за излет (чешми, клупи, маси, столици и сл.), уредени рурални објекти (куќи, водници, плевни, фурни, меани и др.).

Сите наведени и други објекти кои се наоѓаат во планинските средини треба да бидат амбиентално автентични и препознатливи за природната планинска средина (пр.: камени или дрвени куќи, домови, поплочени дворови и сл.). Планинските домови и хотели треба да имаат специфичен екстериер - изглед, градба, функција и ентериер – внатршност на објектот. Типичен пример за ова се планинарските домови, куќи, хотел и други објекти во алпските држави. Швајцарија, Австрија, Словенија, Франција, Италија, Германија, но и во останатите држави Бугарија, Полска, Србија, Хрватска, Црна Гора, САД и други. И во РМ во одредени планински простори запазени се специфичните градби, пр.: Галичник, Лазарополе и др.

ВТОР ПОСЕБЕН ДЕЛ

РЕГИОНАЛНА ПОДЕЛБА

1. ПЛАНИНСКИОТ ТУРИЗАМ ВО ЕВРОПА

Почетоците на планинарството, алпинизмот и воопшто на планинскиот туризам се во Европа, односно на Алпите, и тоа при крајот на XVIII век, а со поголем интензитет од почетокот на XIX век. Во Европа се наоѓаат најразвиените планински центри, кои практикуваат планински туризам во текот на цела година. Држави каде се практикува планински туризам се: Швајцарија, Австрија, Италија, Франција, Германија, Словенија, а со помала динамика се Бугарија, Полска, Чешка, Романија, Русија, Шпанија, Хрватска, Црна Гора, Србија, Велика Британија, Грција, Украина и др.

Најпознати планински систем на кој се практикува планински туризам се Алпите, Пиринеите, Карпатите, Пирин, Рила, Балкан, Родопи, Олимп, Кавказ и други. Имено, на наведените планини најповеќе се практикува: планинарење, алпинизам, планински велосипедизам, планинско фото сафари, лов, риболов итн.

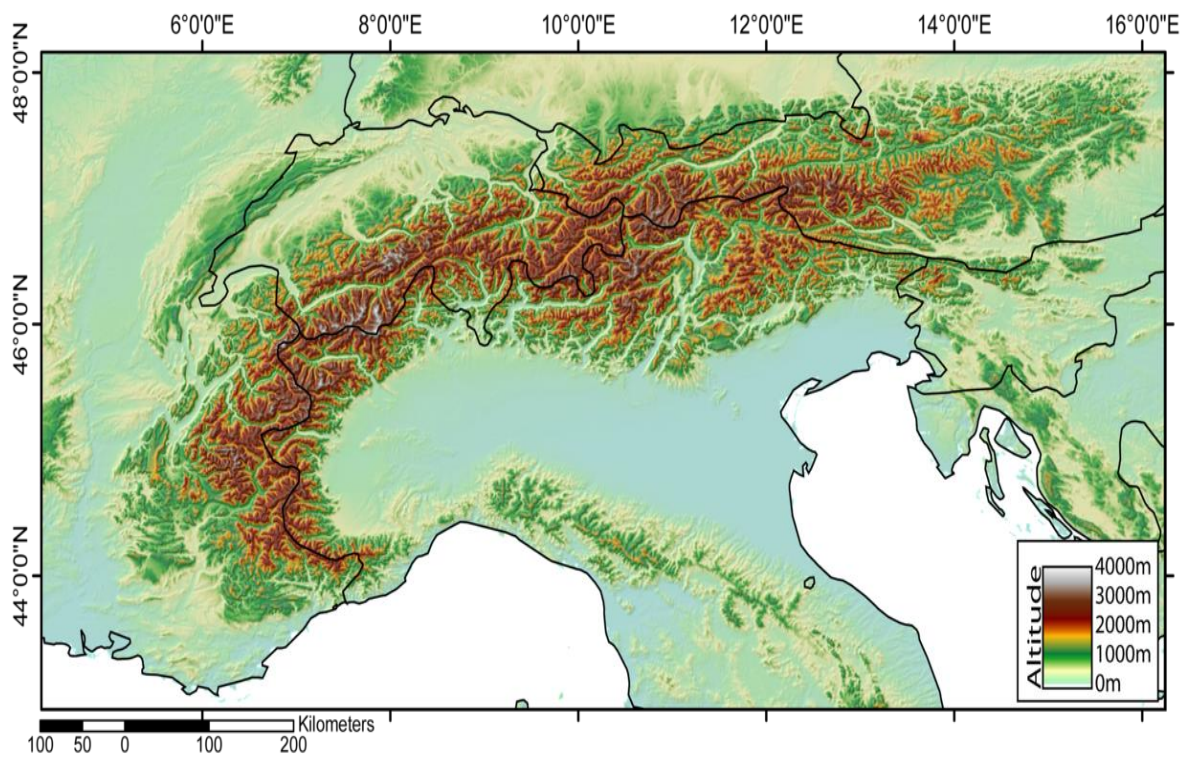
1.1. Алпски туристичко географски регион

Алпите претставуваат сложен високопланински регион. Името му доаѓа од келтскиот збор **Alb**, што значи висока планина. Токму во овој планински систем и се наоѓа највисокиот врв во Европа, Мон Блан (4810 м). Станува збор за доста стрмни и високи планини, но и за планини со бројни долински делови и планински превои.

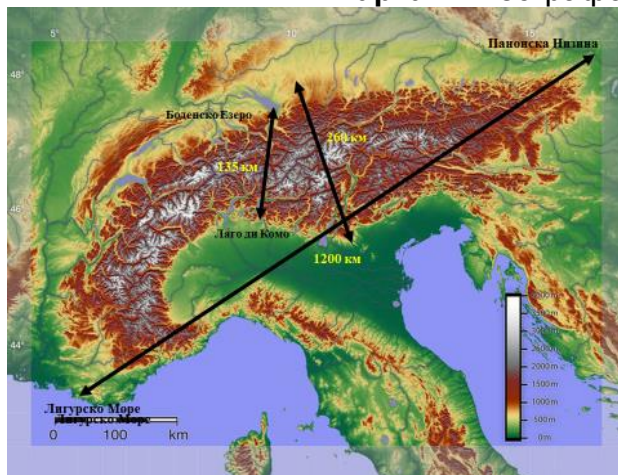
- Природни туристички мотиви

Подигнувањето на Алпите настанува во средината на терциер за време на алпската орогенеза. Интензитетот на егзогените и ендегените сили овозможиле да се јават интересни геоморфолошки форми. Така, во кварталниот период интензивна била флувијалната и глацијаната ерозија. Од тој период датираат големиот број речни долини, клисури, кањони, водопади, леднички планински и термални езера, ледници, леднички долини и друго. Во областите каде што доминира варовничкиот состав се среќаваат облици од карстната ерозија (пештери, јами, карстни полиња, вртаци и сл.). Сите геоморфолошки форми во туристичка смисла различно се валоризирани.

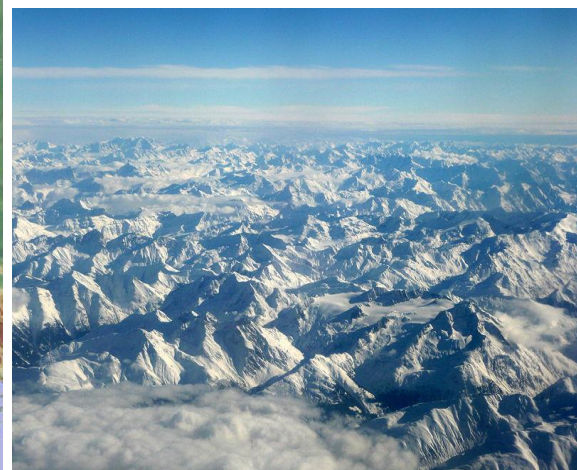
Алпите опфаќаат простор од 220.000 км², од Лигуриската ривиера, на запад, до Панонската Низина, на исток, во должина од околу 1200 км и ширина од 135 до 260 км, од Боденското Езеро, на север, до езеро Комо или до езеро Гарда, на југ. Се протегаат преку 7 европски држави: Франција, Швајцарија, Италија, Австрија, Германија, Лихтенштајн и Словенија.



Карта 1.: Географска карта на Алпите



Карта 2.: Географска карта на Алпите



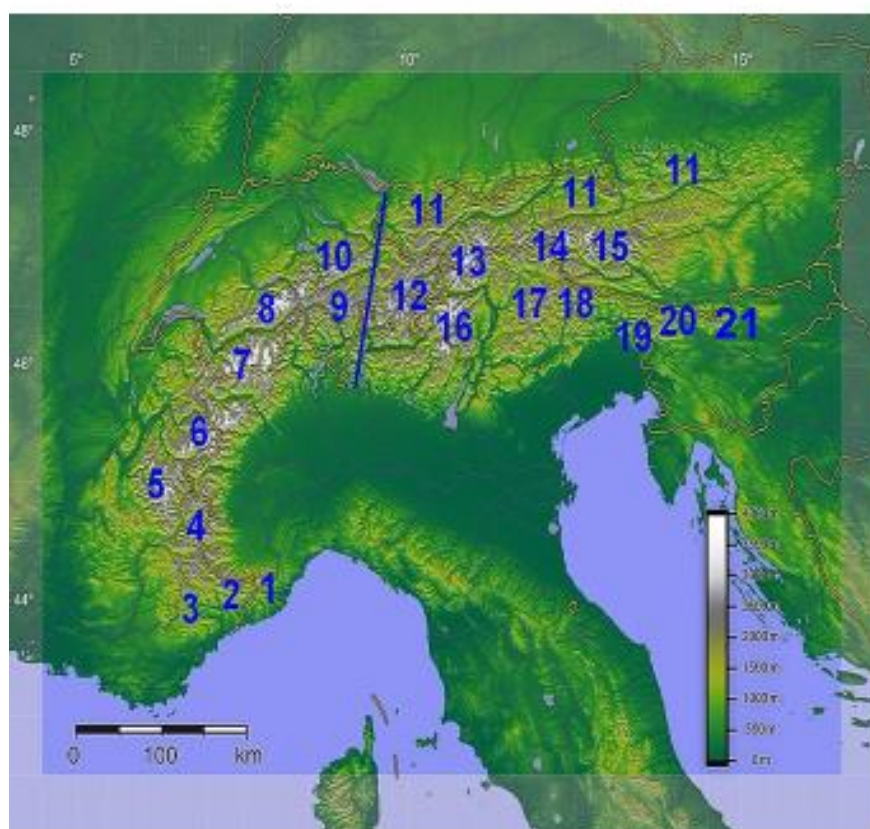
Слика 11.: Авионска фотографија на Алпите



Слика 12.: Мон Блан, 4810 м.



Слика 13.: Снежни магли на Алпите



ЗАПАДНИ АЛПИ

1. Лигурийски Алпи
2. Приморские Алпи
3. Провански Алпи
4. Котски Алпи
5. Алпи Дофин
6. Гларийски Алпи
7. Пенински Алпи
8. Бериски Алпи
9. Депантиски Алпи
10. Глариски Алпи

ИСТОЧНИ АЛПИ

Зона на флиш

11. Северни Лименстон-Калкапен Алпи

Централни Источни Алпи

12. Ретийски Алпи
13. Енгалски Алпи
14. Циллерталски Алпи
15. Високи Тауерн

Южни Лименстон-Калкапен Алпи

16. Ломбардски Алпи
17. Доломитски Алпи
18. Карнийски Алпи
19. Јулийски Алпи
20. Караванки
21. Каменско-Савински Алпи

Карта 3.: Поделба на Алпита на Западни и Источни Алпи;

Проодноста на Алпите е резултат на добрата сообраќајна патна и железничка мрежа, бројните превои (над 200, од кои 64 во Швајцарија) кои се релативно добро проодни (пр.: Големiot 2.469 м.н.в., и Малиот Свети Бернард 2.188 м.н.в., Мон Сение, Свети Гетхард или Симплон 2.005 м., Изеран 2.770 м.н.в. во Франција, Бернер 1.370 м.н.в. помеѓу Австрија и Италија и други), долгите железнички (Симплон 19,8 км. и Вереи 19 км. во Швајцарија, Мон Цениз 13,7 помеѓу Франција и Италија, Алберг 10,2 км. во Австрија и др.) и патни тунели (Готхард 16,9 км., во Швајцарија, Алберг тунел 13,9 км, во Австрија, Мон Блан 11,6 км – патен тунел, помеѓу Франција и Италија и др.) многу мостови и слично.



Слика 14.: Проодност на Алпите



Слика 15: Тунел Монт Блан 11,6 км., влез од Италија, внатрешност на тунелот, влез од Франција

Правецот од Боденското Езеро, на север, до Езеро Комо, на југ, ги дели Алпите на два дела Западни и Источни. Меѓу овие два алпски дела постои извесна разлика. **Западните Алпи** се карактеристични по својата асиметричност. На француската (западна) страна се благи, додека на италијанската (јужна) страна се релативно стрмни. Западните Алпи се поделени на Бернски и Гларински, северно, и Пенински и Лепантиски, јужно од нив. **Источните Алпи** се пониски и пошироки.



Слика 16.: Видиковец во Националниот Парк Гранд Парадизо

Највисок врв е Грос Глокнер со 3.797 метри. Карактеристични се по флувијалните и карстните видови на релјеф. (Мариноски, 2006, 105/106). На Алпите има 14 национални паркови, од кој најстар е **Свис** Национален парк во Швајцарија, со 174 км², прогласен во 1914 година, а најголем со 918 км² е **Екрен** Национален парк во Франција (1973 г.) со околу 1 милион посетители. Потоа следат со 880 км² **Триглав** Национален парк во Словенија (со годишна посета од 1,6 милиони туристи),

Национален парк **Гранд Парадизо** во Италија (1922 г.) и со површина од 703 км² итн.

На Алпите, поради доминација на варовничкиот состав се среќаваат и голем број пештери. Најдолга од сите е пештерата **Холок**, која што се наоѓа во Гларнските Аппи во Швајцарија. Откриена е во 1875 година, и е сложена пештера со повеќе влезови, јами, нивоа, канали, сифони, галерии на сталактити и сталагмити, подземни водотеци, водопади и сл., со вкупна должина од 200,4 км. Со оваа должина, Холок е втора во Европа (по Оптимическаја во Украина, со 236 км.) и осма во светот. <http://www.hoelloch.org/index.php/en/> Друга специфична и долга пештера на Алпите е **Ајсризенвелт**, во Австрија, со должина 42 км. Таа е најдолга ледена пештера во Европа. <http://www.eisriesenwelt.at/home.html>



Слика 17.: Ледена пештера **Ајсризенвелт**, *Австрија*, пристап, влез и внатрешност
<http://www.eisriesenwelt.at/home.html>, Превземено на 22.08.2014 година

Климатските прилики на Алпите, се во постојана спрега меѓу географската положба и надморската височина. Алпите се наоѓаат релативно блиску до Атлантскиот Океан и Средоземното Море, а со својата импозантна височина ги задржуваат влажните маси во овие простори и при тоа примаат доста врнежи. На Алпите доминира **алпска клима** која се одликува со долги ладни и снежни зими, а кратки и свежи и дождливи лета. Долготрајниот снежен покрив доминира, а вечен снег се задржува на надморските височини поголеми од 2.500 м., во Западните Алпи, и над 3.200 м. во Источните Алпи.

Температура на воздухот има вертикална зоналност, со вредности, во зимските месеци од 0,3 до 0,5°C на 100 метри височина, а во летните месеци од 06 до 0,7°C. Во подгорјето на Приморските Алпи климата е суптропска – средоземна, а како се искачуваме на поголема надморска височина и во внатрешноста на Алпите, климата се менува од умерена, умерено-континентална, умереноладна до планинска на високите делови на Алпите.

Најголемо количество на врнежи добиваат високите гребени со вредности до 3.000 мм, а долинските внатрешни страни примаат од 600 до 800 мм воден талог.

Друга климатска карактеристика на Алпите се фенските ветрови. Фенот е силен и слаповит, топол и сув ветар, типичен за подгорјето на Алпите. Најчесто условува кратко затоплување, и во извесна смисла ја скратува скијачката сезона.

Алпите се најголем хидрографски јазол во Европа. Речната мрежа е доста густа со многу реки, слапови, водопади и езера. Меѓу алпските реки најбогати со вода се: Рона, Рајна, Ин, По, Адиџе, Мора, Драва, Сава и др. На Алпите се среќаваат и голем број водопади. Највисок е Рудбах со висина од 470 метри, во Германија; втор е Де Серио со 315 м. во Италија; па Штаубах висок 300 м. во Швајцарија, а водопадот Енгстлиген се протега во должина од 600 метри, во Швајцарија и др. http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_waterfalls



Слика 18.: Водопад Де Серио, 315 м. **Слика 19.:** Ледник Бонсонс, под Мон Блан

Благодарение на големите простори што овозможуваат одржување на вечен снег и мраз, на Алпите се наоѓаат околу 1.200 ледници, со вкупна површина од 4.140 км²., од што 65% се наоѓаат во Западните Алпи. Најголем меѓу нив е ледникот Алеч, долг 24 км и површина од 117,6 км² (2010 г.) http://en.wikipedia.org/wiki/Aletsch_Glacier ; http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_glaciers_in_Switzerland. Други поважни ледници на Алпите се: Бонсон, Пастерце, Ла Вал Бланш, Гласје ди Шеан, Мар де Глас, Унтерар и сл.



Слика 20.: Ледник Алеч



Слики 21.: Ледник Мер де Глас, 12 км, 32 км², *Франција*, негова полифункционална валиризација (за скијање, посета на ледничката пештера, ледничката река планинарење и сл.).



Под влијание на плеистоцената глацијација во Алпите создадени се илјадници глацијални езера. Од страна на туристите најголема посетеност бележат: Женевско или Леманско (580 км²), Боденското (536 км²), Гарда (370 км²), Нешателскотот (215 км²), Маџоре (210 км²), Езеро Комо (146 км²), Луцернско (113,7 км²), Циришкото (88 км²), Лугано (48,7 км²), Тунско (47,7 км²) и други езера. Само во Швајцарија има стотици планински и котлински езера, од кои 212 планински езера имаат површина поголема од 4 ха, и 46 езера со површина поголема од 1 км². И во останатите алпски држави Австија, Франција, Италија, Словенија и Германија се застапени значителен број глацијални и долински езера.



Слика 22.: Планински езера на Алпите



Слика 23.: Женевско Езеро

Езерата кои се наоѓаат во јужното подгорје на Алпите, и имаат влијание од Медитеранот, во летните месеци од годината погодни се за капечка туристичка активност.

Од други хидрографски туристички мотиви во Алпите кои што заземаат посебно место се термоминералните извори. Важни бањски центри што практикуваат здравствен туризам за лечење на:

ревматизам	кожни заболувања	заболувања на грлото	дигестивните канали	циркулација на крвта
Екс ле Бен, Евиан и Бадгаштајн	Иријаж Сен Жервес и Ле Фајет	Алвер Шалелезо	Брид ле Бен, Лоеш ле Бен и Сент Мориц	Ла Лешер

Биогеографските вредности на Алпите ја заокружуваат просторната разновидност и колорит. Под влијание на климатските прилики надморската височина и геолошкиот состав на овој простор постојат мошне специфични растителни форми, кои имаат ендемски и реликтен карактер. Хетерогеноста на вегетативниот покрив на Алпите е таква при што се среќаваат, од арктички до медитерански видови.

Климатските разлики се изразуваат и во височина на шумските катови. Така, во јужните делови, на височините до 800 метри се наоѓа Субмедитеранска вегетација, додека на западните и северните страни провладуваат растенија карактеристични за умерените климатски влијанија. Листопадната вегетација се простора на височина од 800 до 1000 м., а четинарските шуми во просторот од 1800 до околу 2000 метри. Високопланинските пасишта со горички и грмушки на поголеми височини. Типично алпско цвеќе кое е препознатливо за Алпите е еделвајсот. Субалпскиот појас се простира до височините од 2300 м., а потоа се протега алпскиот појас кој допира до снежната граница.



Слика 24.: Еделвајс, алпско цвеќе

Од животинскиот свет најголема застапеност има срната, еленот и дивокозата. Од другиот дивеч застапени се: дива свиња, рис, саламандер, змии, речна риба, пердувест дивеч, разни инсекти и др.

Важен елемент за биосверата на Алпите е грижата за растителниот и животинскиот свет преку застапеноста на повеќе национални паркови, животински резервати, паркови, ботанички градини, заштитени зони, алпски градини, орнитостаници и сл.

Бројот на национални паркови на Алпите изнесува 14, а првиот е Швајцарскиот национален парк создаден во 1909 година, потоа во 1922 година се прогласени националните паркови помеѓу Италија и Франција, Гранд Паради и Ваноаз итн. (Мариноски, 2006, 109/110)



Слика 25.: Алпска дивокоза

- Антропогени туристички мотиви

Алите и целиот Алпски регион бил населен уште од најстари времиња, пред повеќе од 10.000 година. Човекот во овој простор живее во континуитет повеќе милениуми. Разновидноста на културно – историските споменици и етносоцијалните елементи произлегува од сплетот на бројни народи кои живеат во државите на кои територијално им припаѓаат Алпите. Се сменуваа разни освојувачи и царства. Сите тие оставиле разновидно културно наследство (разни населби, антички градби – театри, мостови, акведукти, замоци, цркви, манастири, катедрали, раскошни палати, резиденции, дворци и други градби), разни музеи, специфични градби, разновидни обичаи, традиции, носии, фолклор и др. Доста

привлечни за посета се Женева, Салцбург, дворец Мирабел, Шварц, Собад Хал, Лозана, Цирих, Берн, Инсбург, Вадуц и др.



Слика 26.: Замокот Шато де Шион



Слика 27.: Дворецот во Солбад Хал

Почетокот на развој на организирани форми туризмот е сврзан за планинарството и алпинизмот. Првото искачување на Монт Блан (4810 м) е во 1786 година, од страна на Жак Балмат и Мишел Габриел. Во 1811 година е искачувањето на Јунгфрау (4158 м), а од средината на XIX век следи период на масовно освојување на највисоките врвови на *Алпите* (*Пиз Бернина* (4048 м) во 1850 г., на *Монте Роса* (4634 м) во 1855 г., *Матернхорн* (4478 м) во 1865 г.), и на откривање на прекрасните пејзажи. Најчесто искачувањето било од британски планинари во придружба со локални водичи.



Jacques Balmat,
(1762 - 1834),
[Italian](#), alpinist.



Ледник Алеч, 27 км.

Жак Балмат заедно со докторот и алпинист Мишел Габриел Паккард први го освоиле Монт Блан, на 8.ми Август во 1786 г.

Michel Gabriel Paccard
(1757 - 1827) [Italian](#),
doctor and alpinist.

15

Слика 28.: Балмат и Габриел, пионери на планинарството и алпинизмот на Алпите

Развивањето на планинарството и туризмот започнува од средината на XIX век со градењето на хотели и планинарски домови. Прв формиран планинарски клуб бил Швајцарски Алпски клуб во 1863 година. Отворањето на прва планинска железничка линија била линијата Монт Риги во 1873 година, потоа следи Монт Пилатус во 1889 г., и др. Додека линијата Јунгфрау во 1912 година е највисока железничка станица во Европа.

Паралелно со развојот на планинарењето се јавува интерес за езерата и термалните извори. Покасно, развојот на фармакологијата, во еден период придонесува од опадне интересот за термализмот. Се градат повеќе бањи и се појавува бањските леčiliшни места со комплетна туристичка понуда. Во функција на туризмот се вклучуваат и скијачките спортови кои побудуваат голем интерес. Забрзано се градат хотели, ресторани, ски-лифтови, жичници, автопати, железнички пруги, аеродроми, хелидроми и сл.

Освен планинарењето и алпинизмот, зимските спортови и термализмот, развојот на туризмот во Алпите се темели врз климатизмот. Планинските климатски влијанија овозможуваат здравствени погодности, особено височините од 600 до 1200 метри. Оваа клима се препорачува на заболените од туберкулоза на дишниот систем, на асматиците, болните со камен во бубрег и други болести. Како пример за ваквите погодности зборуваат бројните санаториуми и здравствени центри: Бријасон, Сент Илер ди Труве, Паси во француските Алпи, Ароса и Давос во Швајцарските, Ландек и Швац во австриските Алпи.



Слика 29.: Халштат, Австрија



Слика 30.: Скијање на Алпите

Во функција на туризмот се многуте манифестации, фестивали, саеми, натпревари од локален и светски карактер. До денес, на Алпите се одржале десет зимски олимписки игри, и тоа: во 1924 г. Шамони – Франција; 1928 г. Сент Мориц во Швајцарија; 1936 г. Гармиш-Партхенкирхен – Германија, 1948 г. Сент Мориц во Швајцарија; 1956 г. Кортина д'Ампецо во Италија; 1964 и 1976 г. Инсбург во Австрија; 1968 г. Гренобл во Франција; 1992 г. Албертвил во Франција; и последната во 2006 г. Торино во Италија.

Покрај големите градови Берн Цирх, Инсбург, Гренобл, Лозана, Женева, Базел и други, познати туристички места со посета од повеќе од еден милиони туристи годишна се: Оберстдорф во Баварија – Германија, Салцбург во Австрија, Давос во Швајцарија, Шамони во Франција, Кортина д'Ампецо во Италија, а потоа следуваат Кицбил, Венген, Лоберхорн, Ханенкам, Вадуц, Луцерн, Болцано, Крањска Гора и др.

Други познати туристички центри се: Цермат, Межев, Шампери, Ароса, Авориаз, Лејсин, Кран Монтана, Валдизер, Абелбоден, Сестриере и многу други.

Алпите како голема макро туристичка дестинација ги практикуваат сите видови туризам, и тоа: зимско – спортскиот, планинарењето и алпинизмот, бањскиот туризам или термализмот, здравствениот, социјалниот, културниот, екскурзискиот, транзитниот, ловниот, риболовниот, екстремниот и други. Се проценува дека алпските земји годишно ги посетуваат околу 200 милиони туристи, од кои 70 милиони престојувале во алпскиот планински регион и остваруваат над 500 милиони ноќевања.

Туристичко географските региони на Алпите можеме да ги поделиме, во две основни групи, и тоа: надворешни и внатрешни. (Панов&Штетик, 2008, 76/85)

Табела 12.: Туристички региони на Алпите

Надворешни туристичко географски региони на Алпите	Внатрешни туристичко географски региони на Алпите
<p>- Северни француски предалпи (кањони, водотеци, градски населби, зимско-спортски и летно стационарен туризам, центри: Вилард Ленс во Веркор, Ла Клуаз во Борн, Марзин ле Гет и Тател во Шаблеу, Вал д'Ијез во Вале, Вилар, Лејсин и Шато д'О во Воду).</p> <p>- Бернски Оберланд (голем број ледници, пр. Алеч, планински врвови со над 4000 м. пр. Јунгфрау, Алечхорн, Гринхорн и др., алпинизам и планинарство, алпско скијање, бројни жичници, стрмни отсеци, видиковци, хотели, ресторани, центри: Гринделвалд, Мирен, Кандерстег, Аделбоден, Соанене и Гштад)</p> <p>- Северни варовнички Алпи (најразвиен зимско-спортски туризам, алпинизам и планинарство, центри: Грамиш-Паркенкирхен и Бертесгаден во Германија, Алберг, Зефелд, Кицбил и Халштад во Австрија)</p> <p>- Регион на италијанско - швајцарски езера (пријатни климатски услови, отвореност кон Средоземното Море, медитеранска вегетација,</p>	<p>- Регион Мон Блан (највисок планински регион, алпинизам Мон Блан 4.810 м., длабоки долини, ледници, алпско скијање, туристички центар Шамони, Курмајер, Межев, Комблу, Сен Жерв, Ла Кантамин, Фајет – бањски центар).</p> <p>- Француско-италијански високи Алпи (речни долини, долиински ледници, планинарство, алпинизам, убави алпски превози – Изеран, Изоар, Вар, Ало, Кајол и Рестфон, манастири и цркви во малите гратчиња, алпинистички центри – Ла Грав, Ла Берард, Бурж д'Оазан, Алп д'Ијез. Позатни летни туристички климатски летувалишта се: Паралоњан, Ла Грав, Ла Берард, Егија, Валоар, Бријансон. Зимско спортски центри се: Алдп-д'Ијез, Орон, Вар, Шамрус, Сестиере, Куршевал, Вал-д'Изер, Тињ, Мерибел лез Алие, Рош Беранже и др.)</p> <p>- Пенински Алпи (повеќе врвови со над 4.000 метри, Дуфуршпиц или Монте Роса 4.634 м., Матерхорн 4.478 м., ледници – ледникот Вајсхорн е еден од најпосетуваните, повеќе градски центри: Бреил-Сервињ, Вербије, Зермат. Туристичка</p>

езерата погодни за капење – Маџоре, Комо, Лугано и Ортазе, летен стационарен и капечки туризам и климатизам, познати туристички места: Лугано и Локарно во Швајцарија, Паланца, Стреса, Комо, Чернобио, Менаџио, Белаџио и Рива во Италија)

- **Доломити** (зимско-спортски туризам, планинарство и алпинизам, туристички центри: Кортина д'Ампецо, Мисурина, Ортисеи, Каназеи и Сан Мартино ди Кастроца, Мадона ди Кампиљо)

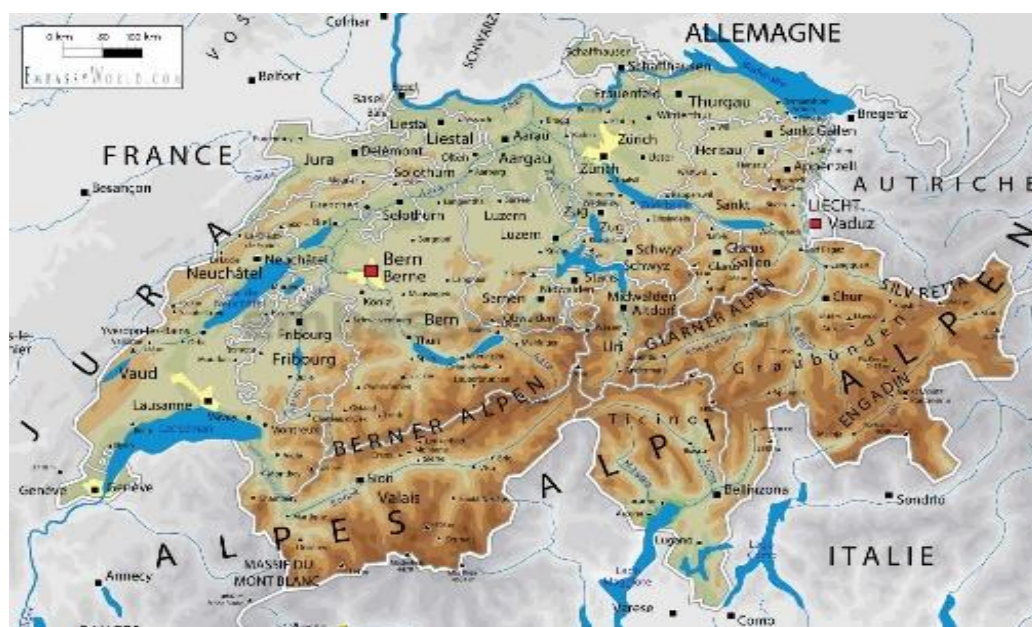
атракција е пунктот Корнеграт со зашчеста железница.).

- **Регион Грison (Граубинден)** (зимско – летни центри: Сент Мориц, Давос, Ароса, Понтресина, Клостер, Климс-Валдхаус, Силваплана, Малоја)

- **Тирол и кристалестиот масив** (Високи Тауер со Грос Глокнер 3.798 м., највисока кабинска жичница, ледник Пастерце, цркви, мали и утврдени гратчиња со плоштади, дворци, културно – историски знаменитости, карневали, обичаи, тиролска народна носија, зимско–спортски туристички центар Инсбрук, Иглс, Бергизел, Бадгаштајн, Зелден, Бобергурл, Ектал, Бормио, Солбат Хал, Ратенберг, Ландек, Кицбил и др.

- **Регионална поделба на Алпите според државите** на кои припаѓаат: Швајцарски, Француски, Италијански, Германски, Австриски, Словенечки и Лихтенштајн. Доколку земеме во предвид дека Приморските Алпи започнуваат од брегот на Лигурнскиот залив па нагоре, а тука на самиот допир на погорјето со брегот се наоѓа државата Монако, тогаш, бројот на алпски држави ќе биде осум.

1.1.1. Планински туризам во Швајцарија (Швајцарски Алпи)



Карта 4.:
Географска
карта на
Швајцарија



Швајцарија е топ еден дестинација за планински туризам во светот. Почетоци на планинскиот туризам во Швајцарија датираат од почетокот на 19 век со искачување на дел од високите врвови. Така, во 1865 година од страна на Едвард Вумпер е искачен еден од најопасните врвови во Европа (на кој качувајќи се загинале над 500 планинари - алпинисти), остриот врв карпа Матернхорн (4.478 м.).

Во Швајцарија во текот на целата година се е посветено на планинскиот, но и на останатите видови туризам.

Слика 31.: врв Матернхорн (4.478 м.)

Туристичка лична карта:

1. Природно - географски мотиви

-**Планини:** *Алпи* – Бернски, Валски, Пенински, Лепонтски, Ретиски, Гларнски Алпи; *Швајцарска Јура*, *Швајцарска висоравнина Мителанд*

-**Езера:** Женевско 580 км², Боденско,

Најшателско, Маџоре, Лугано, Циришко Езеро и други

-**Главни реки:** *Рајна, Рона, Ин, Аре, Рајс, Тичино и др.*

-**Водопади:** Енгстлиген висок 600 метри, Амсел и др.

-**Ледници:** Алеч 23,6 км, Фич 14,7 км, Горнер 14,5 км, Унтерар 13,9 км

- **Највисоки врвови:** Монте Роза 4.637 м., Матерхорн 4.478 м. Јунгфрау, Вајсхорн и др.

- **Пештери:** Холох со должина од над 200 км.

- **Национални паркови и резервати:** Швајцарски национален парк, Ендагин

- **Светско наследство:** 15 од кои 11 се културно а 4 природно наследство

2. Антропогени мотиви

- Културно – историски споменици,

- Музеи, градови, Цирих, Женева, Лозана, Базел, Луцерн и др.

- Фестивали, саеми на туризам, културни манифестации, натпревари и сл.

- Зимско-летен, монденски, бањски, вински, рурален и други видови туризам

- Главни туристички центри: Сен Мориц (ЗОИ 1928 и 1948) , Зермат, Давос, Ароса, Видхаус, Санкт Гален, Баден, Интерколен, Лаутербрунен, Гринделвалд ...

- Гастрономија: Швајцарско сирење и кашкавал (*Ементал, Фромаж, Рацлете, Рости*), швајцарско чоколадо (*Тоблероне, Едејвајс, Милка и др.*) , разни вина (*Фендат, Пино Ноар, Мерло и др.*)

3. Комуникативни

- Бројни превои (Симплонски, Свети Готхард, Бернардски и др.); патишта, железнички пруги (меѓународни возови: Симплон-Ориент Експрес, Транс Еуро Експрес и др.), жичници и др.

4. Рецептивни

- Во 2013 година во Швајцарија имало околу 10000 хотели и хостели, 150.000 соби и 340.000 кревети. Бројни туристички организации, фирми и др.

- Исклучително развиен туризам, со посетеност од над 8 мил. туристи, со над 13 милијарди евра туристички приход. Со што го зазема помеѓу 15-17то место како туристичка држава.

5. Туристички региони:

Во Швајцарија издвоени се 12 туристички региони: Грисонс; Источна Швајцарија со Лихтенштајн; Цирих; Централна Швајцарија; Северозападна Швајцарија; Берн Оберланд; Јура-Фрибург-Нешател; Женевско Езеро; Вале; Тицино; Бернс Мителанд; Женева.

1.1.2. Планински туризам во Австрија (Австриски Алпи)

Туристичка лична карта: **Природни вредности:** **Релјеф:** Планини Алпи (70%) и Панонска Низина (30%). **Области:** Градиште, Корушка, Горна Австрија, Долна Австрија, Салцбург, Штаерска, Тирол, Воралпберг и Виена. **Највисок Врв:** Глосглохнер (3.798 м), Високи Тауер. **Реки:** Дунав, Драва, Мура, Ин, Изел, Енс и др. **Ледник:** Пастеце; **Езера:** Нојзидерско, Боденско, Зел, голем број леднички и вештачки езера. **Национални паркови:** Австрија има 7 национални паркови и 60 природни резервати. Алпска вегетација, шуми и трева, пасишта, стеновити педели, вечен снег. **Светско наследство:** Во Австрија има 20 објекти прогласени



за светско наследство, од кои 9 културни и 11 природни.

Слика 32.: Мотив од Алпите

Антропогени вредности: Долга историја, мноштво културно – историски споменици, палати, дворци, музеи, опера, театар, катедрали, цркви, мостови, хотели,

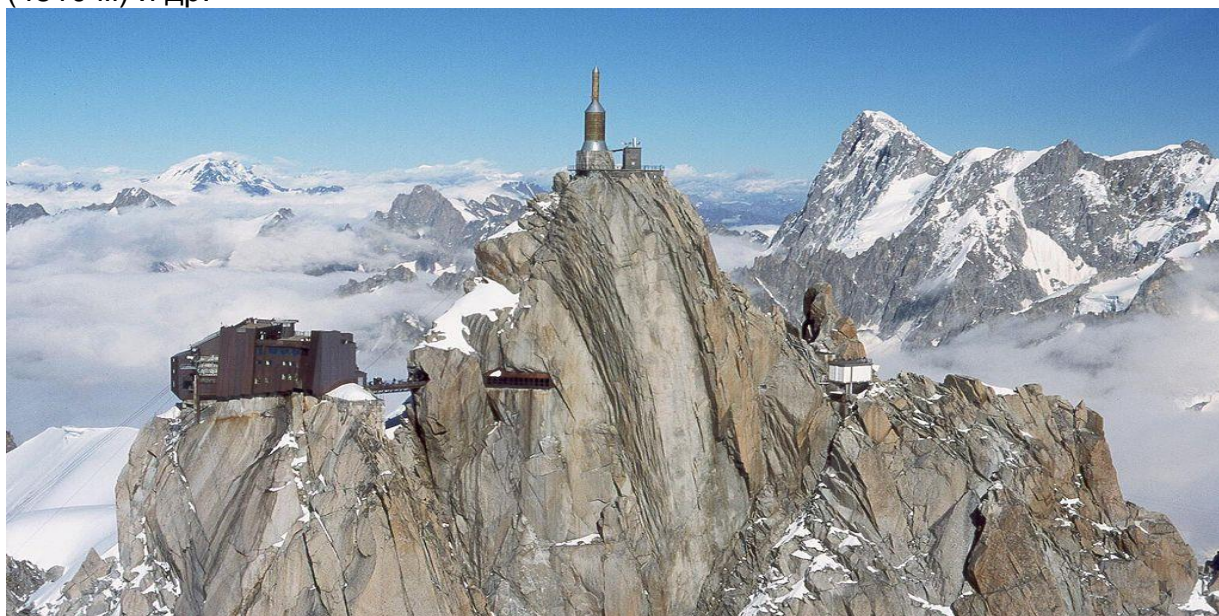
ресторани и сл. **Туристички центри:** Виена, Инсбрук (ЗОИ 1964), 1976), Салцбург, Солден, Сент Антон, Кицбил, Алберт, Зел ам си или Зелден и др. Австрија располага со околу 17.300 хотели, од кои 900 во Виена, 305 во Зелден и сл. Во 2013 година Австрија ја посетиле: 24 милиони посетители (11-то место) и остварила профит од 20 милијарди УСА долари (13-то место).



Слика 33.Планински велосипедизам **Слика 34.**Типични планински рурални хотели и ресторани

1.1.3. Планински туризам во Франција (Француски Алпи)

Алипте го зафаќаат југоисточниот дел од Франција. Се протегаат на површина од 350 км² Поделени се во два дела Северни (Со врвот Мон Блан) и Јужни Француски Алпи (Провансиски и Приморски Алпи). Најзначаен туристички регион е Мон Блан со површина од 150 км², со центарот Гренобл (ЗОИ 1968). Атрактивности во овој регион се: ледникот Бонсон, запчеста железница која допира до ледникот Мер де Глас, потоа зимскиот центар Шамони (ЗОИ 1924), Сен Жерв, Межев, Шамбери, Албервил (ЗОИ 1992), врвот Егиј де Миди (3842 м), Мон Блан (4810 м) и др.



Слика 35. Врвот Ејги де Миди (3842 м), со планинарски дом под врвот, *Франција*

Втор планински предел во Франција кој практикува планински туризам се Пиринеите. Познати ски центри се: Ла Планге, Ла Монги, Фонт Ромеи, Сент Лати Соулан, Вал Лоурон, Гоурет, Тормалет, Каутерс, Сент Лару, Супер Багнерс, Фонт Роме, Лес Англе и други.

Активности во функција на планинскиот туризам се зимските спортски активности, велосипедската трка „Тур де Франс“ која се реализира низ цела

Франција, а дел од етапите се одвиваат во планински делови на Алпите и Пиринеите, како и голем број манивествации и фестивали.

1.1.4. Планински туризам во Италија (Италијански Алпи)

Италијанските Алпи и Предалпи се предел кој има неколку врвови повисоки од 4000 м. (Матерхорн, Монте Роса, Гран Парадизо и др.). Во зимскиот период во околу 350 скијачки подрачја доаѓаат голем број туристи. Овој простор располага со многубројни ски-лифтови, жичарници и хеликоптери и сл. Значајни туристички центри се: Сестриере, Цервина, Кортина д'Ампецо (ЗОИ 1956), Торино (ЗОИ 2006) и други. Во летниот период во овој простор доаѓаат илјадници планинари на Алпите и капачи во езерата, а особено во големите глацијални езера Маѓоре, Комо, Иseo и Гарда.

1.1.5. Планински туризам во Германија (Германски Алпи)

Германските Алпи се претставени преку **Баварските Алпи** на кои што се лоцирани познатите зимски – спортски туристички центри: Гармиш-Партенкирхен (ЗОИ 1936 г.) и Оберstdорф, со голем број ски патеки, скоканици, жичници и др. На Баварските Алпи има бројни леднички езера (од кои попознати се: Амерзе, Кимзе и Вирмзе), климатски леčiliшта, терми и друга разновидна туристичка понуда (крстарење по река Рајна, Дунав, Лаба, каналот Рајна-Мајна-Дунав, рурален туризам и др.). На планината **Шварцвалд** каде се наоѓа изворот на река Дунав, има голем број на туристички места, санаториуми, бањи и др.

1.1.6. Планински туризам во Словенија (Словенски Алпи)

Словенија е Туристичка земја со доминација на **Алпите**, северниот дел од јадранското приморјето и мал дел од Панонската низина – Меѓугорје.

Словенски Алпи: Јулијски Алпи со врвот Триглав (2864 м.), Караванки и Каменско – Савински Алпи. Триглавски Национален парк. Познати зимско – спортски центри: Крањска Гора, Вогел, Бохињ, Блед, Крањ, Толмин, скокална Планица и др. **Реки:** Сава, Драва, Мура; **Езера:** Бохинско и Бледско; **Водопад:** Слапови на Савица, кањон Вингард со слапови и др.;

Пештери: Постојнска и Шкофијанска јама. **Слика 36.:** Планински мотиви од Словенија



1.2. Други планински региони во Европа

Покрај Алпите, други познати планински систем на кој се практикува планински туризам се Пиринеите, Карпатите, Пирин, Рила, Балкан, Родопи, Олимп, Кавказ и други.

1.2.1. Пиринеите, планинска туристичка област во Шпанија

Пиринеите, тие припаѓаат на три држави: Андора, Франција и Шпанија. Во шпанскиот дел од Пиринети повеќе планински центри каде се практикува планински туризам. Познати ски центри во Шпанските Пиринеи, кои ги има на број околу 20, се: Формигал, Ла Молина, Церлер, Пантоса - Лос Лагос, Порт дел Комте, Вал де Нуриа, Масела, Порт дел Комте, Астун, Багуера Берет и други. Во Шпанија друга позната планина каде се практикува планински туризам е **Сиера Невада** со најпознатиот ски центар „Сиера Невада“.

Активности во функција на планинскиот туризам покрај зимските спортски активности, се и велосипедската трка „Ла Вуелта“ која се реализира низ цела Шпанија, а дел од етапите се одвиваат во планински делови на Пиринеите.

1.2.2. Планински туризам на Балканскиот Полуостров

Планински туризам на Балканскиот Полуостров најмногу се практикува (покрај делот на Алпите кои зафаќаат дел од Словенија, претходно дадено објаснување во делот за Алпи) во државите Бугарија, Србија, Романија, Хрватска, Босна и Херцеговина, Црна Гора, Грција и др., односно се среќаваат планините: Рила, Пирин, Родопи, Карпати, Динара, Јахорина, Дурмитор, Шар Планина, Олимп, Балкан, и др.

Во прегледот подолу само табеларно ќе ги наведеме познатите ски центри во погоре наведените балкански држави кои во текот на годината се посетени од стотици илијади скијачи – туристи.

Табела 13.: Преглед на планини и туристички планински центри во балканските држави

Држава	Планини	Познати врвови	Познати центри
Словенија	Јулијски Алпи Савински Алпи Караванки Похорје	Триглав 2864 м.	Планица, Вогел, Блед, Бохињ Бовец, Толмин
Бугарија	Рила, Пирин, Балкан, Родопи, Витоша	Мусала 2925 м Вихрен 2917 м	Боровец, Банско, Пампорово Витоша, Габрово, Тројан
Црна Гора	Дурмитор, Комови	Боботов кук 2525 м	Колашин, Дурмитор, Жабјак Горажде, Вучје
Србија	Копаоник, Златибор, Тара Стара Планина	Панчичев врв 2017 м Миџор 2169 м	Копаоник, Златибор, Мокра Гора, Стара Планина

Хрватска	Велебит, Слјеме Биоково, Динара	Троглав 1913 м	Бјелоласица, Медведица, Горски Котар
Босна и Херцеговина	Јахорина, Бјелашница	Чврсница 2228 м	Јахорина, Бјелашница, Игман, Власич
Романија	Карпати Трансилвански Алпи (Јужни Карпати)	Молдовеану 2544 м	Буштени, Поиана Брашов Ватра Дарнеј, Зарнешти
Албанија	Проклетие, Томори	Језерце 2693 м	Пуке, Дарш
Грција	Олимп, Пинд, Ниџе	Олимп 2911 м	Олимпус, Метцово, Василица Като Вермио, Ворас
Косово	Шар Планина Проклетие	Ѓеравица 2656 м	Брезовица



Слика 37.: Ски центар Банско, Бугарија

1.2.3. Планински туризам во други европски држави

Други познати европски планини каде се практикува планински туризам се Карпатите кои зафаќаат простор од следните европски држави: Полска, Чешка, Словачка, Украина и Романија.

Полска: Познати планини се Западни Карпати или Бескиди, Судети и северните делови од Високите Татри. Познат зимски центар е Закопане.

Словачка: Познати планини се јужните делови на Западните Карпати или Бескиди, Бели Карпати, заедно со Високи Татри (Герлаховски врв 2.655 м. – Природен национален парк „Татри“). Познат ски центар во Словачка е Високи Татри.

Чешка: Планински туризам се практикува во планините: Рудни, Шумава и Судети.

Украина: Карпатите кои се простираат на територијата на Украина се именувани како Украински Карпати. Тука познат ски центар е Буковил.

Во групата на други европски држави во кои се практикува планински туризам се: Велика Британија, Норвешка, Шведска, Исланд, Русија и сл.

Велика Британија: Планинарење на Грампиенските Планини, искачување на Бен Невис 1343 м., највисоките врв во кралството. Како и планинарење на другите пониски планини.

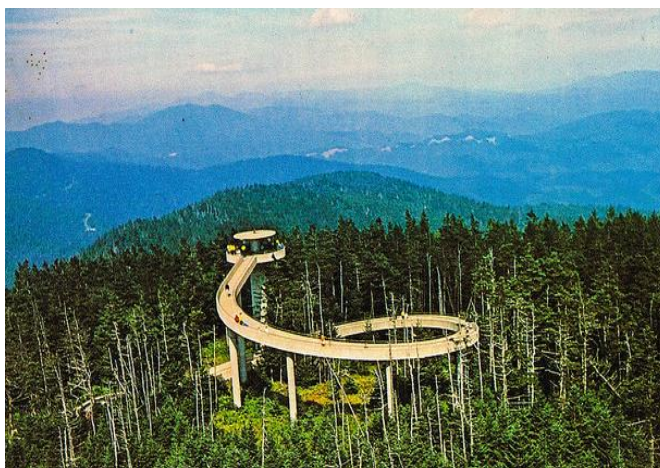
Норвешка: Искачување и практикување на различни зимски и други активноти на Скандинавски Планини (искачување на врвот Галхелиген 2468 м). Овде доминираат т.н. зимски нордиски спортови (трчање, ски скокални и сл.). Во Норвешка се одржани на два пати зимски олимписки игри, во 1952 година во Осло и во 1994 година во Лилехамер. Изградени се повеќе ски центри Хемседал, Лилехамер, Хавлеј, Квитвел и др.

Русија: Позната планина е Кавказ. Тука најпознат ски центар е Красна Полјана, каде на ЗОИ Сочи 2014 година, се одиграа речиси сите спортски натпревари. Исто така, значајно е планинарењето и алпинизмот, особено искачувањето на Елбрус 5633 м., највисокиот врв во Европа.

2. ПЛАНИНСКИ ТУРИЗАМ НА ДРУГИТЕ КОНТИНЕНТИ

АМЕРИКА

САД. Планински туризам во Соединетите американски држави се практикува на **Апалачките Планини** се протегаат паралелно со атланското крајбрежје, во должина околу 2400 км. Овие планини се богати со растителен и животински свет, но и со природни пејсажи, планински реки, водопади, пештери и повеќе зимско – спортски туристички центри. Тука има повеќе национални пракови, од кои најпознати се Шенандоа, Грент Смоки Маунтајн, Нантхала и Блуриџ, а од пештерите најпозната е Мамутската пештера.



Слика 38.: Видиковец на Апалачките планини

Посетеноста на Апалачките планини е најголема поради близината на големите градови Питсбург, Кливленд, Детроит, Чарстон и други.

Втор регион каде се практикува планински туризам е **Западен планински регион** опфаќа голем простор на западниот дел на САД. Се карактеризира со присуство на различни природни елементи. Низ целиот простор доминираат

планинскиот систем **Кордиљери** претставен со три паралелни просторни појаси. Тоа се, од исток **Карпестите Планини или Роки Маунтајн**, во внатрешноста е **Големиот Басен** (со Големото Солено Езеро, Големата Солена Пустина и пустината Блек Рок, висорамнини, разни камени облици, градот Солт Лејк Сити – познат зимско спортски центар, каде што во 2002 година се одржани 19-те Зимски олимписки игри) и на запад **Приморските Планини** со тихоокеанското крајбрежје. Целиот овој простор е богат со бројни згаснати вулкани, термоминерални извори, гејзири, ледници, специфична вегетација, планински врвови, реки, езера, специфичен растителен и животински свет. Тука, заради заштита на богатите и разновидни природни облици – топлите извори, гејзири, водопади, специфичните растенија, во 1872 година е формиран и првиот национален парк во светот – **Јелоустон**. Во овој простор се наоѓаат повеќе национални паркови од кои попознати се Јосемити (познат по ледничката долина), Монт Раиниер (познат по ледници и Кратерот Лаке – вулканско езеро), па Секвоја националниот парк, познат по мамутското дрво Секвоја и други кои привлекуваат милиони туристи од разни страни на светот. Во САД четири пати се одржани Зимски Олимписки игри: 1932 – Лејк Плесид, 1960 – Скво Вали, 1980 – Лејак Плесид, 2002 – Солт Лејк Сити.

Планински туризам, во тропски услови има и на **Хаваи**. Хаваите се најголема островска група во Полинезија со својата тропска клима од средна годишна температура од 25°C и врнежи од над 3000 мм, овозможува капалишни активности во текот на целата година. Од многуте природни вредности доминираат вулканските планини, а особено вулканите Мауна Лоа и Мауна Кеа, кои се посетени од милиони туристи. Дел од туристите и се искачуваат дури до самите кратери.

Канада. Држава со огромно пространство кое изобилува со разновидни природни и антропогени вредности. Од планинскиот туризам најпосетувани се Ванкувер во западниот дел на Канада, националните паркови Бенф, Вуд Бафало (со површина од 44.000 км²), Ветертон, Глациер и други, како и големиот број езера, реки, летнички, ерозивни и акумулативни форми, на длабоки клисури, кањони, ледници, камени облици, фјордови, шумски површини и слично. За одбележување се одржаните зимски олимписки игри во Калгари (ЗОИ 1988) и Ванкувер (ЗОИ 2010).

Мексико. Значајни вредности на Мексико за планинскиот туризам се посетата и искачувањето на планинската верига Сиера Мадре, мексиканската висорамнина Месета, вулканите Попокатапетел (5452 м.) и Оризаба (5760 м.).

Андски земји. Андите како најдолг планински систем во Јужна Америка се протегаат низ повеќе држави (Колумбија, Еквадор, Перу, Боливија, Чиле и Аргентина) и располагаат со значајни туристички вредности. Андите се атрактивни и поради остатоците од културата на Инките претставени преку градовите Куско и стариот град Мачу Пикчу, потоа по езерото Титикака кое се наоѓа на 3.800 метри надморска височина, пустината Атакама, високите планински врвови и вулкани, големиот број на ледници, леднички езера и фјордови. Од планинскиот туризам најзначајно е искачувањето на највисокиот врв Аконкагва (7.035 м.).

АЗИЈА

Кина: Од планинскиот туризам доминира престој на Тибетска висорамнина, и искачувањето на високите Хималаи и друго.

Јапонија: Развиен е бањскиот туризам, планински, историско-културен, урбан и рурален туризам. Во Јапонија два пати се одржани ЗОИ и тоа во 1972 година во Сапоро, и во 1998 година во Нагано.

Непал: Во планинскиот туризам доминира искачувањето на планината Хималаи, особено совојувањето на Монт Еверес и другите високи врвови. Главен центар на овој планински и алпинистички туризам е главниот град Катманду.

Пакистан: Во оваа држава доминира искачувањето на планината Каракорум, особено освојување на врвот К2 (8611 м.), но и на други високи врвови.

АФРИКА

Мароко, За планинари и алпинисти интересен потфат е искачување на Планината Атлас, особено на Висок Атлас, врвот Тубкал (4165 м).

Кенија: Во Екваторска Африка, вистински потфат за планинарите е искачување на врвот Кенија (5198 м.), Рувензори (5119 м).

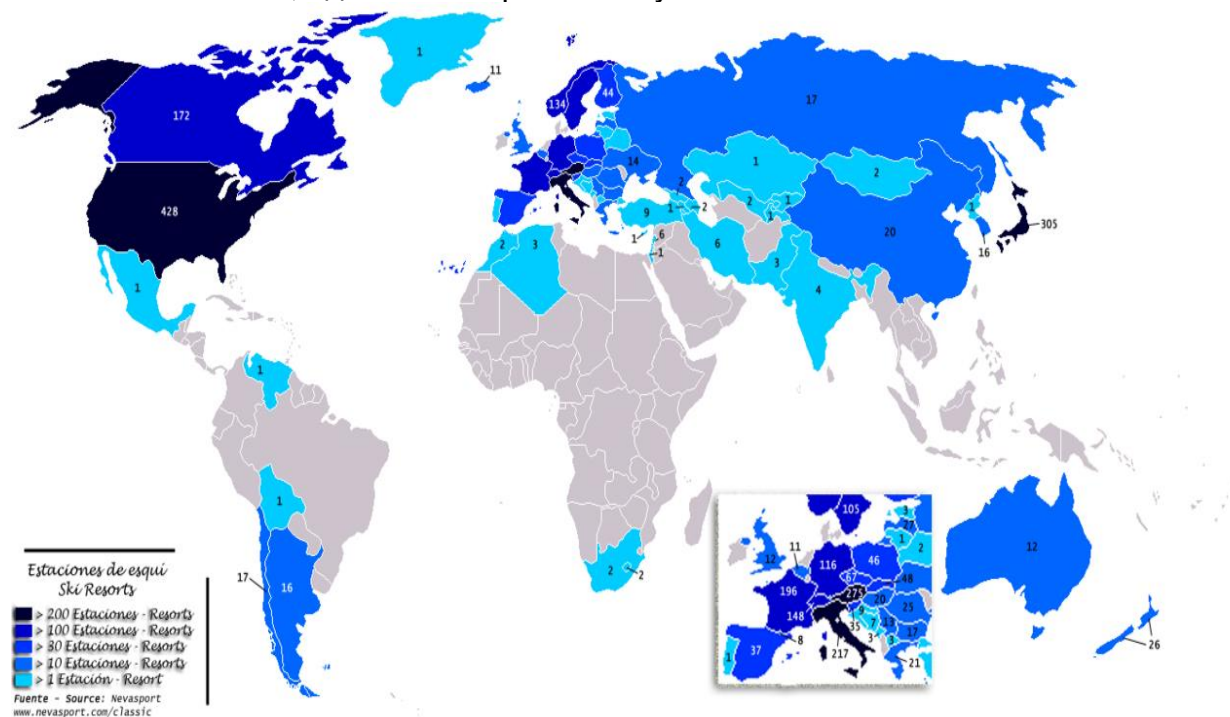
Танзанија: Во планинскиот туризам доминира искачувањето на највисокиот африкански планински врв Килиманџаро (5895 м.), но и на други високи планини.



Слика 39. : Врв Килиманџаро (5895 м)

АВСТРАЛИЈА.

Австралија, е континентален остров обиколен со Тихи и Индиски Океан. Има 99 национални паркови, 47 санаториуми – каде се почитува култот на природата и 36 резервати. Од планинскиот туризам доминира искачувањето на Австралиски Алпи или Сини Планини, односно на врвот Кошќушко 2234 м.



Карта 5. : Распространетост на ски центри во светот

3. ПЛАНИНСКИОТ ТУРИЗАМ ВО РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА

Планинскиот туризам во Република Македонија

Република Македонија е многу богата со релјефни - геоморфолошки туристички вредности. Низ геолошката историја под влијание на внатрешни и надворешни сили создадени се мошне интересни релјефни облици кои се привлечни за домашните и странските гости. Со помош на тектонските и ерозивно – акумулативните процеси на територијата од нашата држава се создадени многу интересни подземни и површински облици, кои со нивниот изглед и атрактивност го предизвикаат вниманието на туристите.

Во Република Македонија карактеристични релјефни облици кои зафаќаат најголем дел од територијата државата се планините.

Планините како туристичка вредност

По морфометриските карактеристики релјефот во **Република Македонија е планинско – ридска земја**, а според основните мезо релјефни облици (планини – возвишенија, и котлини – рамнини и речни долини) се дефинира и како **планински – котлинска земја**, или како планинско - ридско - котлинска земја.

Најголем дел од територијата зафаќаат планините со површина од 11.044 км² или 42,95%, потоа следат ридовите со 9.769 км² или 37,99%, а на рамнините отпаѓа 4.900 км² или 19,06%. Според податоците, **Република Македонија е планинско – ридска земја** со учество од 81%, и со **просечна надморска височина од 829 метри**. (Стојмилов, 2003, 53).

Планините се среќаваат низ сите делови на Република Македонија. Според структурата на површините ридско-планинско земјиште завзема површина од 23.713 км² (92,2%), а рамничарското земјиште од 2.000 км² (7,8%). Распоредот на површините според надморската висина: до 200 м. 2,89 %; од 200-500 м., 22,45%; 500-1000 м., 44,02%; 1000-1500 м., 22,23%; 1500-2000 м., 6,94%; над 2000 м., 1,37%. Сумирано до 500 м.н.в. земјиштето зафаќа површина од 6513,72 км² или 25,34% и од 500 – над 2764 м.н.в. изнесува 74,66%.

Според Стојмилов, гледано по висинска зона состојбата изгледа следна:

Табела 14.: Распоред на површините во Р.Македонија, според надморската височина

Надморска височина	Површина		Висинска зона	Површина	
	Км ²	%		Км ²	%
2764-2600	0,52		2000	354,26	1,37
2600-2500	5,58	0,02			
2500-2400	20,60	0,08			
2400-2300	33,86	0,13			
2300-2200	66,92	0,26			
2200-2100	82,90	0,32			
2100-2000	143,88	0,56			
2000-1900	168,58	0,66	1500-2000	1786,54	6,94
1900-1800	249,64	0,97			
1800-1700	325,26	1,26			

1700-1600	428,46	1,67			
1600-1500	613,60	2,38			
1500-1400	741,65	2,88			
1400-1300	904,95	3,52			
1300-1200	1137,40	4,43	1000-1500	5741,68	22,33
1200-1100	1361,02	5,29			
1100-1000	1596,66	6,21			
1000-900	1825,83	7,10			
900-800	2133,23	8,30			
800-700	1934,56	7,52	500-1000	11317,32	44,02
700-600	2970,72	11,56			
600-500	2452,98	9,54			
500-400	1988,80	7,75	300-500	4072,42	15,85
400-300	2082,62	8,10			
300-200	1697,18	6,60			
200-100	574,72	2,23	до 300	2441,30	9,49
до 100	169,40	0,66			

Извор: **Александар Стојмилов** (1976): Хипсометриски карактеристики на планините во СР Македонија, Географски разгледи, книга 14, Скопје, стр. 17-27

Планините во Република Македонија според височината се поделени на: високи (со над 2.000 м.н.в.), средни (од 1.000 до 2.000 м.) и ниски (под 1.000 м.н.в.), а според староста на настанување на стари и млади планини.

За бројот на планини среќаваме различни податоци, и тоа дека има 30, 40 па дури и многу повеќе планини. Така, според *Мариноски*, бројот на планини изнесува 34, од кои 14 се високи, 14 средни и 6 ниски, а според *Стојмилов*, има 40 планини од кои 14 високи 20 средни и 6 ниски планини, според *Колчаковски* и *Милески*, бројот на планини изнесува 39, од кои 13 високи, 22 средно високи и 4 ниски планини. Додека пак, според *Маркоски*, бројот на планински масиви изнесува 26, со околу 80 планини како нивни ограноци и 5 планини кои претставуваат засебни просторни целини. Така, *Маркоски*, според типот на релјефот планинските масиви во Република Македонија ги издвојува во четири групации и тоа:

- 5 се со над 2.500 метри или со изразито висок планински релјеф (*Мокра Планина; Кораб, Дешад со Крчин; Нице со Козјак; Баба со Пелистер и Шар Планина*);
- 9 се со високо планински релјеф од 2.000 до 2.500 метри (*Бистра; Стогово; Јабланица; Галичица; Добра Вода со Сува Гора; Илинска, Плакенска со Бигла; Кожуф; Беласица и Осоговски Планини*);
- 10 се со средно планински релјеф од 1.000 до 2.000 метри (*Бабуна со Клепа; Бушева Планина; Влаина; Дрен со Ливада; Конечка, Градешка со Плауш; Козјак, Широка со Герман; Малешевски Планини; Огражден; Плачковица и Скопска Црна Гора*), и
- 2 се со ниско планински релјеф од 500 до 1.000 м.н.в. (*Голак и Жеден*). (*Маркоски 2004, 25-34*)

Сепак, бидејќи секој автор користи научни и други критериуми својствени за проблематиката на истражување, па така, точниот или вкупен број на планини во Република Македонија тешко може да се утврди. Бидејќи планините и нивните ограноци покрај постоечките имаат и свои локални имиња (кои произлегуваат од разни дијалекти и јазици), па така, етимолошки планините можеме да ги сретнеме и под различни додавки во нивните имиња, како на пример: Орман, Чука – Чукар, Брдо – Брдарица, Леска, Било, Рудина, Кодра, Корија и сл.

Врз основа на наши истражувања **бројот на планини во Република Македонија изнесува 80, од кои 13 високи, 50 средни и 17 ниски планини.** (Види табели).

Високите планини вкупно зафаќаат површина од 8194,2 км², од кои најголема површина има планина Јакупица со 1672,8 км², Осоговски планини со 1167,2 км², Шар Планина со 912,8 км², итн. Просечната височина на високите планини изнесува 2185 метри.

Табела 14.: Високи планини во Република Македонија

Р. б.	Планина	Најголе ма височи на во метри	Вкупна површина во км ²	Од тоа површина во км ² со:		Од тоа површина во км ² со:	
				до 1000 м	над 1000 м	над 1500 м	над 2000 м
1.	Кораб и Дешат	2764	290,2	32,2	258,0	161,2	31,8
3.	Шар Планина	2747	912,8	117,8	795,0	500,2	182,8
4.	Баба	2601	436,2	65,9	370,3	172,1	30,8
5.	Јакупица	2540	1672,8	1015,0	657,8	239,0	60,2
6.	Ниџе	2521	689,4	332,0	357,4	82,2	10,8
7.	Стогово со Караорман	2273	522,0	150,8	371,2	144,1	12,4
8.	Јабланица	2257	254,6	96,0	158,6	61,2	8,2
9.	Осоговско	2252	1167,2	661,7	505,5	100,9	2,8
10.	Галичица	2251	387,2	95,8	291,4	86,4	7,6
11.	Бистра	2163	572,8	89,0	483,8	255,4	4,8
12.	Кожуф	2132	893,0	628,0	265,0	68,0	1,6
13.	Челоица	2062	396,0	208,0	188,0	48,0	0,2
Вкупно км²:			8194,2	3492,2	4702,0	1918,9	354,0
Процент (%)			31,8	13,5	18,3	7,4	1,3

Меѓутоа, кога станува збор за туристички цели (прошетки и престој на планинари и туристи во планина, рурална средина и сл.) потребно е користење и на локалните критериуми, односно употреба и на локалните имиња на планините. Така, на пример ако ги користиме и локалните имиња на планините тогаш, во Република Македонија, можат да се издвојат далеку повеќе имиња на планини, чии број изнесува и над 120 планини. Еве повеќе примери за локални планини кои се ограноци на поголемите планини или планински масиви: Обешеник Планина дел од Огражден; Ставрало Планина во Демир Хисар; Балтан Планина дел од Баба Планина; Новачка, Кочишка и Коџаџичка Планина дел од Стогово; Муратица дел од Скопска Црна Гора; Љубин и Мал Жеден дел од Жеден; Похумска Планина и Славеј Планина огранок на Караорман; Корито и Смилејце Корија дел од

Буковиќ; Лопушник дел од Сува Гора; Гробовска, Пожарска, Кожа, Рудока, Враца, Баш Шара, Караниколица, Баба Асаница, Бродска, Деделбегова, Ничпурска, Зенделбегова и Аливодена Планина ограноци на Шар Планина; Кабаш огранок на Кораб; Старец Планина дел од кумановски Козјак; Мукос Планина и Козјак (плетварски) дел од Бабуна; Стари Голак дел од Голак; Планина Осој или Осојна со огранок Ивање на Јакупица; Салаковска Планина, Убава и Мурџица огранок на Караџица; Шејтанска планина и Клепало огранок на Даутица; Гладница, Перун и Джибарница огранок на Кожуф; Орман Планина; Лесковски Чукар; Мал Карадак; Градманска Планина и други.

Сложени планински масиви се Шар Планина, Јакупица, Бистра, Осоговските и Малешевските Планини. Така на пример, Шар Планина е составна од повеќе посебни планински предели и ограноци, и тоа: Враца, Рудока, Ничпурска, Кожа, Гробовска, Пожарска, Аливодена Планина и др.; Планината Јакупица или Мокра Планина, составена е од пет поголеми посебни планини: Јакупица, Караџица, Даутица, Голешница и Китка, но и од уште неколку други помали планински ограноци, како што се: Сува Планина, Салакова, Шејтаница, Клепало, Мулџица Планина и др. Слично е и кај планинскиот масив Бистра, кој е составен од планинските ограноци: Чаушица, Сенечка, Зајаска Планина итн.

Друг интересен показател за планините во Република Македонија е поврзаноста на повеќе планински масиви без да бидат пресечени со речен тек. На пример, планинарите од Скопје, преку планинските била на Водно - Сува Планина – Караџица – Дутица – Бушева Планина – Баба Сач – Илинска – Плакенска – Бигла и Пелистер можат да стигнат до Битола или до грачката граница, со вкупна должина на трасата од околу 220 км. Или пак, од Скопје - Водно - Сува Планина – Караџица – Дутица – Бушева Планина – Баба Сач – Илинска – Плакенска - Галичица да пристигнат до Охрид или до албанска граница, со иста приближна должина на трасата. Овие два примери се добар показател за идно планирање на планинарско – туристички трансверзали кои во Република Македонија ги има многу (Шар Планина – Бистра - Кораб – Дешад – Крчин; Водно – Сува Планина – Караџица – Јакупица – Даутица – Бабуна – Дрен – Селечка Планина; Ниџе – Козјак - Кожуф; Осоговски Планини – Влаина – Малешевски – Огражден; Плачковица – Малешевски – Огражден; Конечка – Градешка – Плауш – Беласица итн.).

Според сето погоре изнесено, Република Македонија има најголем број планини во однос на својата површина, не само на Балканот и во Европа, туку и пошироко.

Сепак, за развојот на туризмот најинтересни се високите планини со над 2.000 метри надморска височина. Бројот на високи планини во Република Македонија изнесува 13, и тоа: Кораб, Шар Планина, Баба, Јакупица, Ниџе, Дешад со Крчин, Стогово, Јабланица со Радук, Галичица, Осоговски Планини, Бистра, Кожуф и Челоица. Додека пак, особено туристички атрактивни се планините со над 2.500 метри височина, а тоа се планините Кораб, Шар Планина, Баба, Јакупица и Ниџе. Од нив, две планини се повисоки од 2.700 метри: Кораб (2764 м.н.в.) и Шар Планина (2747 м.н.в.) (Види: табела)

Табела 15.: Приказ на високите планини над 2 000 метри во Република Македонија

Р.Бр.	Планина	Вкупно врвови	Име на највисокиот врв	Надморска височина (м.н.в.)
1.	Кораб	25	Голем Кораб	2 764
2.	Шар Планина	78	Титов Врв	2 748
3.	Баба со Пелистер	24	Пелистер	2 601
4.	Јакупица - Мокра Гора	20	Солунска Глава	2 540
5.	Ниџе	6	Кајмакчалан	2 521
6.	Дешат со Крчин	22	Веливар	2 375
7.	Стогово	11	Голем Рид	2 268
8.	Јабланица со Радук	4	Црн Камен	2 257
9.	Галичица	3	Магаро	2 254
10.	Осоговски Планини	5	Руен	2 252
11.	Бистра	12	Меденица	2 163
12.	Кожуф	6	Зелен брег	2 171
13.	Челоица	5	Добра Вода	2 061
Вкупно врвови со над 2000 м.н.в.:		221*	/	/

Извор: Планини и планински врвови повисоки од 2000 м., Статистички годишник на Р.Македонија, 2013 г., стр. 17-20.; Стојмилов, А (2003) Физичка географија на Република Македонија; Топографски карти на РМ; Евгениј Динчев и Петар Атанасов (2001): Високите планини на Република Македонија, планинарски водич, Скопје, стр. 336. <http://gis.katastar.gov.mk/arec>; <http://www.igeografija.mk/Portal/?p=2463>; *Андоновски, Т (1978): Планински врвови во Р Македонија повисоки од 2000 метри, Географски разгледи, Книга 15-16, Скопје, стр.127-134, (евидентира 177 врвови над 2000 метри);

Во нашата држава вкупно има над 250 покарактеристични врвови, од кои 221 врв се повисоки од 2.000 метри надморска височина. Особено високите планини овозможуваат прекрасни услови за планинарење, алпинизам и за екстремни спортови (пр.: параглајдерство и сл.)

Врз основа на детални научни проучувања е утврдено дека на високите планини во нашата држава можат да се формираат вкупно 30 зимско – спортски центри со вкупна денивелација (висинска разлика) на скијачките патеки од 115 км. Со примена на меѓународните норми за користењето на скијачките патеки (на 1 метар денивелација може да се скија еден скијач), максималниот капацитет на сите 30 зимско – спортски центри изнесува околу 115.000 скијачи кои може да се скијаат во исто време. Ако кон ова го додадеме и бројот на посетителите што не скијаат, од по еден на секој скијач, тогаш се добива бројка од 230.000 туристи кои престојуваат во исто време.

Единствена планина во нашата држава на која можат да се формираат најголем број на зимско спортски – планински центри е Шар Планина. На оваа планина постојат услови да се изградат 8 скијачки центри. Вкупната должина на сите скијачките патеки на Шар Планина изнесуваат 48 км.

На второ место според планинските можности за развој на планинските спортови е планината Пелистер, на оваа планина можат да се изградат 5 зимско - спортски центри, со вкупна должина на скијачките патеки од 22 км. (Мариноски, 2010, стр. 289).

Другите планирани скијачки зимско – спортски центри се наоѓаат на Бистра, Галичица, Осоговски Планини, Кожуф, Ниџе, Стогово, Јабланица, Јакупица, Дешад, Кораб, Сува Гора, Плачковица, Бушева, Беласица и други.

Од сите наведени, денес функционираат 7 зимско – спортски центри, и тоа: на Шар Планина, Скијачки центар „Попова Шапка“ на 1.700 м.н.в.; на Бистра, Ски - центар „Заре Лазаревски“ - Маврово 1.255 м.н.в.; на Баба Планина со Пелистер, Ски - центар „Копанки“ 1.420 м.н.в. и втора локација ЗЛТЦ „Пелистер“ со „Ски-лифт“ 1.300 м.н.в; на Бушева Планина „Ски - центар Станич“ во Крушево; на Кожуф „Ски - Кожуф“; и на Осоговските Планини ЗЦ „Пониква“ на 1.560 м.н.в.

Денес во нашата држава на планините постојат 7 активни зимско спортски центри, а уште осум се планирани во иднина да се изградат.

Табела 16.: Приказ на активни и планирани зимско – спортски центри во Република Македонија

Р.Бр.	Зимско – спортски центар и надморска височина	Локација - Планина
1.	Попова Шапка 1.710 м.н.в.	Шар Планина
2.	Маврово 1.240 м.н.в. м.н.в	Бистра
3.	Пелистер - Копанки 1.420 м.н.в.	Баба Планина
4.	Нижополе – „Ски лифт“ 1.300 м.н.в.	Баба Планина
5.	Крушево, 1.350 м.н.в	Бушева Планина
6.	Пониква 1.560 м.н.в.	Осоговски Планини
7.	Кожуф 1.550 м.н.в.	Кожуф
8.	Отешево – Суво Поле 1.480 м.н.в. <i>(не работи)</i>	Галичица
9.	Галичица над Пештани 1.580 м.н.в. <i>(планиран)</i>	Галичица
10.	Голак, 1.400 м.н.в. <i>(планиран)</i>	Голак
11.	Водно 1.050 м.н.в. <i>(планиран)</i>	Водно
12.	Голина 1.900 м.н.в., Вевчани <i>(планиран)</i>	Јабланица
13.	Бел Камен, 1.700 м.н.в. <i>(планиран)</i>	Плачковица
14.	Берово, 1.000 м.н.в. <i>(планиран)</i>	Малешевски Планини
15.	Над Смоларе, 1.100 м.н.в. <i>(планиран)</i>	Беласица

Извор: Топографска карта 1: 50 000, ВГИ, Белград, 1973 година;
<http://www.skyscrapercity.com/showthread.php?t=1458005>

За одвивање на зимските спортови во нашата држава постојат повеќе локации (Маврово, Попова Шапка, Крушево, Пелистер, Кожуф и Пониква), каде постојат скијачки центри, ски лифтови, жичници и организирани патеки. Во моментот најпопуларни зимски спортски центри за домашните и странските регионални туристи се: Попова Шапка, Маврово, Крушево, Кожуф, Пониква и Пелистер.

Најдолги скијачки патеки во должина од 20 км. има на Попова Шапка и 7 км., на Маврово, со сите нивоа на наклони потребни за скијање. Поради висината на

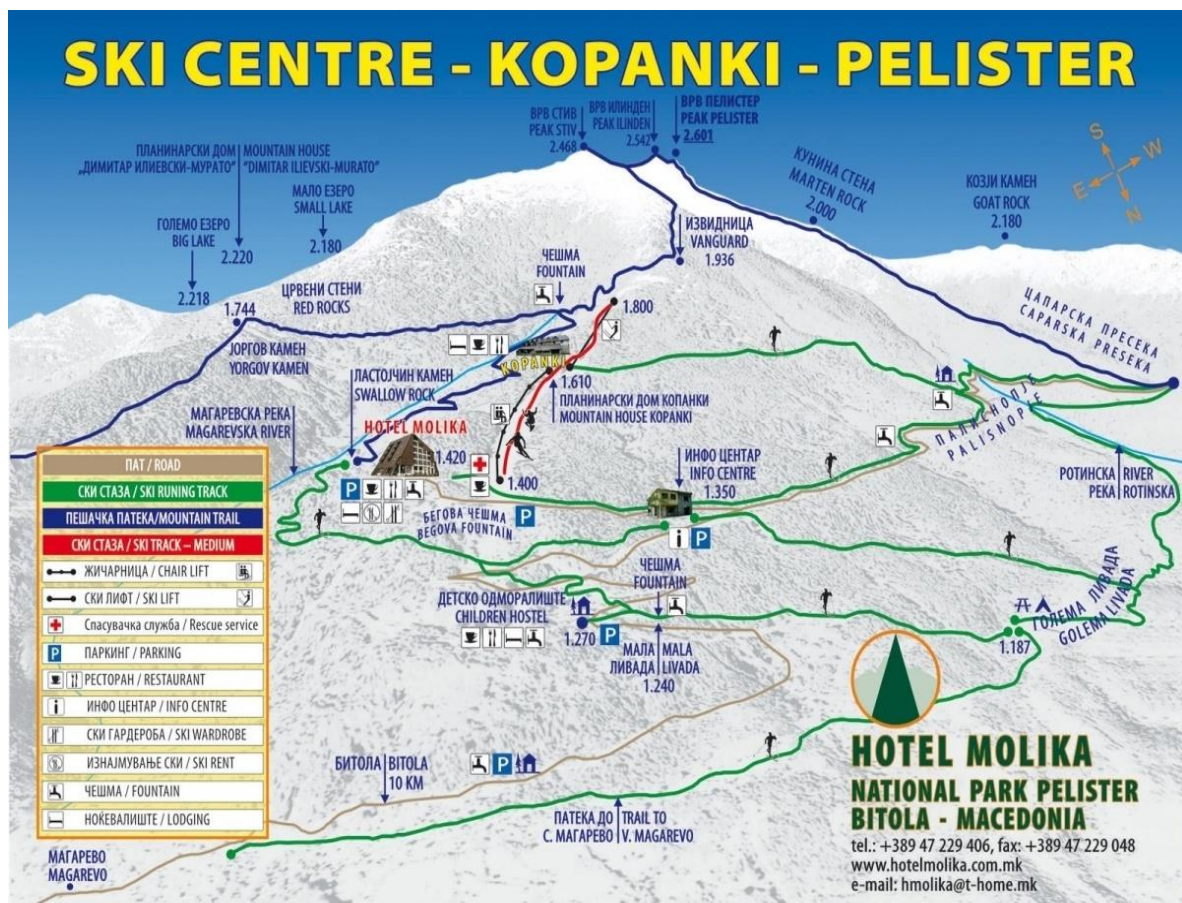
која што се наоѓаат, нивната сезона е релативно долга. И на Попова Шапка и на Маврово постои добро хотелско, апартманско и приватно сместување и до нив релативно лесно може да се пристигне од меѓународните аеродроми во Скопје и Охрид.



Карта 6.: Ски центар „Заре Лазаревски“ – Маврово; <http://skimacedonia.mk/>



Карта 7.: Скијачките патеки на Попова Шапка, Шар Планина; <http://skimacedonia.mk/>



Карта 8.: Скијачките патеки на ски центарот „Коранки“ на Пелистер. <http://skimacedonia.mk/>



Карта 9.: Скијачките патеки на ски центарот „Кожуф“; <http://skimacedonia.mk/>

Планинарско - туристички активни планини во Република Македонија се 15^{ина}, и тоа: Шар Планина, Бистра, Пелистер, Јакупица, Осоговски Планини, Кожуф, Галичица, Јабланица, Бушева Планина, Беласица, Ниџе, Стогово, Малешевски Планини, Плачковица и Водно, додека пак, кај останатите планини се одвиваат најчесто индивидуални планинарско - излетнички активности.

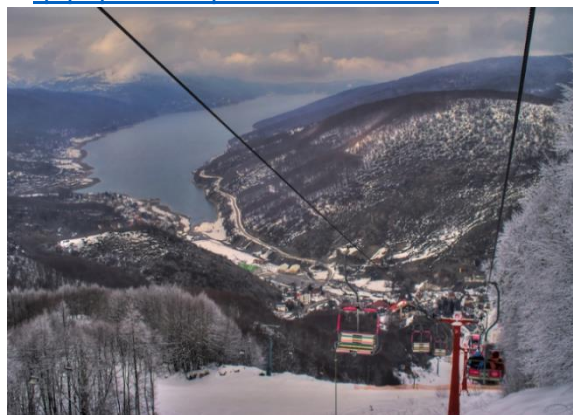
Шар Планина е најзначајна планина во која се практикуваат разни активности од сверата на планински туризам. Се наоѓа на северозапад од нашата држава и е гранична планина со Косово. Во непосредна близина на планината се наоѓаат градовите Тетово, Гостивар и Скопје, кои се големи емитивни центри со над 800.000 жители. Површината на Шар Планина изнесува 912,7 км², планината долга е 80 км, а широка од 10 до 20 км. Располага со 77 врвови повисоки од 2000 метри. Највисок врв е Титов Врв со 2747 метри и е втор врв по височина во Р.Македонија. Други познати врвови се: Бориславец (2662), Црн Врв (2578), Езерска Чука (2504), Баба Асаница, Караниколица, Љуботен и други. За планинарството и туризмот важни се глацијалните форми, ледничките езера, цикрови, валови, морени, бројни пасишта, шумски предели, атрактивни долини, реките, водопадите, четирите планинарски домови и сл. На нашата македонска страна од Шар Планина се наоѓаат 27 планински езера, од кои 19 постојани и 8 повремени. Шара е богата со вода и постојат околу 100 големи извори, а извираат реки Вардар, Пена, Моздрача и други. На планината лоцирани се бројни



атрактивни локалитети, како што се: Попова Шапка, лешница, Јелак, Маздрача, Три Води, Љуботен и др. На локалитетот Попова Шапка се наоѓа зимскиот скијачки центар „Попова Шапка“ која претставува населба со бројни викендици, хотели, ресторани, извонредни скијачки терени, жичници, ски лифтови, планинарски дом и друго.
Слика 40.: ЗЦ Попова Шапка,
<https://www.google.com/search?q=popova+sapka+macedonia&>

Бистра е втора по важност планина со зимско спортски активности. Бистра е дел од Националниот Парк „Маврово“. Оваа планина е пониска, а највисок врв е Меденица (2.163 м.) и помала по површина од Шар Планина (со 572 км²). Бистра располага со разновидни геоморфолошки површински и подземни релефни облици, како што се: глацијалниот релјеф, вртаци, ували, карсни полиња, понорници, пештери, бездни, изворишта на реки, кањони и друго.

Слика 41.: Ски центар Маврово; <https://www.google.com/search?q=ski+centar+mavrovo+macedonia&>



Планината богата е со разновидна и богата флора и фауна. Природните убавини, пространите била, вештачкото Мавровско Езеро и добрата комуникација овозможува да се развие планински туризам. Главен претставник на зимскиот туризам е ски центар Маврово „Заре Лазаревски“. Ски центарот располага со викенд населба, повеќе хотели, ресторани, извонредни скијачки терени, жичници, ски лифтови и друго. На планина Бистра се наоѓаат и неколку рурални населби кои практикуваат рурален туризам, а тоа се Лазарополе и Галичник (познато по Галичката свадба).

Баба Планина со Пелистер претставува типичен хорст, кој се наоѓа помеѓу Пелагониската и Преспанската Котлина. Највисок врв е Пелистер со височина од 2.601 м. Вкупната површина на Планина Баба со Пелситер изнесува 436,2 км². Располага со 24 врвови повисоки од 2.000 метри, а од релјефните форми најзастапени се глацијалните – четири цирка, два валови, моренски материјал, камени реки и камењари, извор, реки, каскади, водопади, четири леднички езера од кои две се поголеми (Големо и Мало Езеро), и се разбира флората (моликата, разни треви) и фауната (мечка, срна, рис) и друго. Пелистер поради своите природни богатства е прогласен за национален парк. Планината располага со над 22 км должина на скијачки патеки, но искористени се само делумно и тоа на локалитетот Копанки (Ски центар „Копанки“) и над село Ниждополе, на еден дел од северните падини на Неолица (ЗЛТЦ „Пелистер“-составен од ТЦ „Ниждополе“ и „Ски-лифт“). Во двата центрите има сместувачки капацитети хотели, детско одморалиште два планинарски дома, викендици, ресторани и друго.



Слика 42.: Врв Пелистер 2601 м.; <https://www.google.com/search?q=пелистер&>

Осоговски Планини се наоѓаат во североисточниот дел на Република Македонија и со највисокиот дел е гранична планина со Бугарија. Карактеристична е по нејзината површина од 1.010 км², високото зарамнето било, извори, реки, клисурести долини, обемните пасишта и шуми. Осогово е најголема планина во источниот дел од нашата држава. Највисок врв е Руен со 2.252 м. Најпознати локалитети за скијање се Пониква, Китка и Калин Камен. На Осоговските Планини активно работи само зимскиот центар „Пониква“, каде има повеќе сместувачки капацитети, викендици, ресторани, еден планинарски дом и друго.



Слика 43.: Скијање на Пониква, www.google.com/search?q=пониква&

Ниџе, Козјак и Кожуф планина чинат една поврзана заедничка планинска просторна целина. Се наоѓа на јужниот дел од Република Македонија во граничниот простор со Грција. Вкупната површина им изнесува 622,4 км². Највисок врв на Ниџе е Кајмакчалан 2.521 м., на Козјак, Балтова Чешма 1.822 м., и на Кожуф, Дудица со 2.171 м. и Туристичко географската положба не им е поволна поради оддалеченоста од емитивните центри и слабата сообраќајна поврзаност. Сепак, како најзначен и туристичко атрактивен е претставува Кожуф Планина, на која се среќаваат вулкански релјефни форми, особено вулкански купи, на



варовничките терени карсни појави, речни долини, разни денудациони форми, минарални води, богата флора и фауна и друго. Во последните неколку години на Кожуф функционира Ски центар „Кожуф“. Располага со неколку апартмани, вили, во подножјето на планината се наоѓа и еден планинарски дом.

Слика 44.: Ски центар „Кожуф“, <http://www.skikozuf.com.mk/the-mountain/photos>

Јабланица се наоѓа во западниот дел од Република Македонија. Се протега во меридијански правец север-југ и е гранична планина со Албанија. Највисок врв е Црн Камен со 2.259 м. Позната е по четирите глацијални езера, бистрите потоци, реки и биогеографската разлопкост. На планината има погодни терени за лоцирање на скијачки патеки, особено над селата Вишни, Горна Белица, Вевчани, Лабуништа, Јабланица и др. Планината е во близина на комуникациите кои ги поврзува Струга и Охрид, Струга и Дебар, како и граничниот премин со Албанија, Кафасан и Блато. Поради природните убавини Јабланица е посетувана од планинари и излетници, особено населбата Вевчани (Вевчански карневал, вевчански извори и сл.), Вишни, Горан Белица (Белички извор, Беличка река со својот кањон).

Стогово со Караорман иако се подалеку од сообраќајните комуникации, сепак планинарите ги посетуваат поради убавата природа, три глацијални езера, тревните и шумски предели. Највисок врв е Голем Рид (2.273 м.).

Кораб, Дешад и Крчин се наоѓаат на запад и се гранични планини со Албанија. Кораб е највисока планина во Република Македонија, со врвот Голем Кораб (2.764 м.). Овој планински предел изобилува со природни убавини, 12 постојани глацијални езера, длабоки и атрактивни речни долини со клисури и кањони (кањон Барич на реката Радика, долг 42 км), брзаци, слапови и водопади (Корапски водопад на реката Длабока Река, висок е 136 м), богата вегетација (Кораб е дел од НП „Маврово“), погодни терени за трасирање на скијачки патеки и сл. Меѓутоа, поради слабата сообраќајна комуникација ова природно богатство се уште туристички не е валоризирано.

Јакупица е планински масив кој се протега во централниот дел на Република Македонија. Според површината од 1.672,8 км² е најраспространет

планински масив во државата. Јакупица се наоѓа помеѓу Скопска Котлина на север, Пелагониска Котлина и река Бабуна на југ, а на исток се протега помеѓу долината на река Вардар, и на запад долната на река Треска. Највисок врв е врвот Солунска Глава (2.540 м.). Јакупица или Мокра Гора е планина составен од пет посебни ограноци: Јакупица, Даутица, Караџица, Голешница и Китка, кои располагаат со долги и високи планински била, високи врвови, карстни и глацијални релефни форми, многу извори, реки (Бабуна, Тополка, Кадина), две планински езера, и разновидна флора и фауна. Планинските страни погодни се за зимско – спортски активности кои се уште не се туристички валоризирани. Туристичко – географската положба на Јакупица е доста погодна, бидејќи се наоѓа во близина на градски големи емитивни центри Скопје, Велес, Прилеп и Македонски Брод. До планината може да се пристигне со користење на неколку патни правци и една железничка линија (Скопје – Велес – Богомила - Прилеп – Битола), но истата е недоволно организирана и искристена, со што се намалува нејзината туристичка вредност. Во функција на планинарството и планинскиот туризам на планинскиот



масив Јакупица работаат повеќе планинарски домови (од кои активни се: Папарадиште, Чеплес, Караџица, Китка, Белица и Стровија, а неактивни Бегово - Исак Русо и Брежа). Од неодамна во населбите Богомила, Нежилово, Папрадиште се создаваат услови за развој на рурален туризам.

Слика 45.: Врв Солунска Глава;
<https://www.google.com/search?q=jakupica+planina&>

Галичица е типичен хорст, издигнат помеѓу Охридската и Преспанската Котлина. Највиоскиот врв е Магаро со 2.254 метри и Кота Ф10 2.265 м. На Галичица постои ски центар „Суво Поле“ - Отешево, кој не е во функција, а се палнира негово реновирање и рестартирање. Од Охридската страна се планира изградба на ски центар „Галичица“ над село Пештани и населбата Градиште. За развој на туризмот на оваа планина зимско – спортските активности може да се комбинираат со езерскиот туризам н Охридско и Преспанско Езеро. Други вредности на оваа планина се карскиот површински и подземен релјеф, и разновидната флора и фауна.

Плачковица, се наоѓа во среднишниот дел од источниот дел на Република Македонија. Таа заедно со **Голак**, **Обозна**, **Малешевските Планини**, **Огражден** и **Влаина** прават една пространа заедничка целина. Располагаат со погодни планински страни за зимско – спортски активнсоти, особено локалитетите околу врвовите Лисец, Кадиица и Алдучки Камен. Друга атрактивност на оваа планина се клисурите, кањоните, Беровското или Ратевско Езеро, флората и фауната. На Плачковица има три планинарски дома („Вртешка“, „Црквиште“ и „Џумаја“).

Беласица се наоѓа во југоисточниот дел од Република Македонија и се протега на границата со Бугарија и Грција. И оваа планина е типичен хорст, помеѓу Струмичка Котлина на север и Дојранска Котлина на југ. Карактеристична е по нејзиното напоредничко протегање, високото и стрмно било, стрмни речно долини, водопади, флората и фауната. Има три планинарски дома од кои само еден планинарскиот дом „Шарена Чешма“ е активен.



нејзиното напоредничко протегање, високото и стрмно било, стрмни речно долини, водопади, флората и фауната. Има три планинарски дома од кои само еден планинарскиот дом „Шарена Чешма“ е активен.

Бушева Планина е атрактивна поради Крушево, единствен планински град во Република Македонија, кој е и зимски ски центар.

Слика 46.: Ски центар Крушево;
<http://skimacedonia.mk/ski-centers/krusevo/>

Екстремните спортови – алпинизам, параглајдерство, болдеризам или слободно качување на карпи и други, се релативно нова активност, се уште предводени од групи на ентузијастички во клубовите или невладините организации, бидејќи вклученоста на единиците на локална самоуправа е инцидентна.

Втората група на планини во нашата држава се средно – високите планини чија висина се движи од 1 000 – 2 000 м.н.в и овие планини се распространети на целата територија од државата и нивниот број изнесува 50.

Табела 17.: Приказ на поважните средно високи планини од 1000–2000 метри во Р.Македонија

Р.Бр	Име на планината	Име на врвот	Надморска височина (м.н.в.)
1.	Плакенска Планина	Сталев Камен	1 998
2.	Голешница	Лисец	1 935
3.	Влаина	Кадица	1 932
5.	Малешевски Планини	Џами Тепе	1 801
6.	Песјак	Песјак	1 917
7.	Илинска Планина	Лиска	1 908
8.	Беласица	Тумба	1 881
9.	Козјак (мариовски)	Голем Козјак	1 871
10.	Сува Гора	Дупен Камен	1 857
11.	Караорман	Орли Врв	1 794
12.	Бушева	Стара Мусица	1 788
13.	Лубен или Љубен	Кафчал	1 764
14.	Плачковица	Лисец	1 754
15.	Бабуна со Козјак (плетварски)	Козјак	1 745
16.	Огражден	Огражденец	1 745
17.	Славеј Планина	Славеј	1 714
18.	Билина или Чупина Планина	Чупино Брдо	1 703
19.	Баба Сач	Голем Сач	1 695
20.	Дрен Планина	Ливада	1 663
21.	Исток	Бигла	1 663
22.	Петра или Петрина Планина	Црвен Камен	1 660

23.	Бигла	Голем Камен	1 656
24.	Скопска Црна Гора	Рамно	1 651
25.	Китка	Китка	1 589
26.	Чаве	Чаве	1 557
27.	Голак	Чавка	1 538
28.	Буковик	Тепе	1 528
29.	Древеник	Кале	1 494
30.	Сува Планина (кавадаречко)	Галчин	1 472
31.	Селечка Планина	Високо	1 471
32.	Бабуна	Голи Рид	1 455
33.	Облаковско–Снеговска Маса	Бел Камен	1 430
34.	Злато	Златоврв	1 422
35.	Готен	Граматник	1 420
36.	Мазатар	Кутлишта	1 417
37.	Марјанска Планина	Висока Чука	1 388
38.	Герман	Модра Глава	1 387
39.	Осој	Раса	1 369
40.	Бејаз Тепе	Бејаз Тепе	1 348
41.	Орлак	Орлак	1 333
42.	Козјак (кумановски)	Перен	1 326
43.	Малинска Планина	Два Камена	1 285
44.	Жеден	Голем Камен	1 259
45.	Конечка Планина (Серта)	Волчјак	1 159
46.	Обозна	Обозна	1 184
47.	Клепа	Клепа	1 149
48.	Сува Планина (скопско)	Ситојца	1 122
49.	Водно или Каршијак	Крстовар	1 066
50.	Градешка Планина	Вршник	1 031

Извор: ТК 1: 50 000, ВГИ, Белград, 1973 година.; <http://gis.katastar.gov.mk/arec>; <http://www.igeografija.mk/Portal/?p=2463> ; Илија и Николина Петрушевски (2001): Географски топонимски речник на Република Македонија, Скопје, стр. 650.

И оваа група планини имаат добри услови за развој на летни и зимски спортски активности. Според научните истражувања на овие планини можат да се формираат од 75 до 80 туристички локалитети. Од средните планини за планинарите доста атрактивни се **Бушева Планина, Водно, Скопска Црна Гора, Бабуна и Илинска Планина**. **Бушева Планина** е атрактивна поради градот Крушево како зимски центар. **Водно и Скопска Црна Гора** поради непосредната близина на Скопје и поради тоа често се посетувани. **Бабуна Планина** е посетувана од планинари и излетници од Прилеп, а **Илинска и Плакенска Планина** поради атрактивните панорами кон Охридско и Преспанско Езеро, и манастирот Св. Илија.

Бројот на ниски планини под 1000 метри надморска височина изнесува 17, а тоа се планините: Плауш со највисок врв Кота 997 м.н.в.; Смрдеш Планина со Краста со врвот Елешница 971 м.н.в.; Новоселско Брдо 925 м.н.в.; Змиева Дупка 909 м.н.в.; Манговица со врвот Асаница 874 м.н.в.; Градиштанска Планина со врв Градиште 861 м.н.в.; Венец 853 м.н.в.; Крушка со врвот Голик со 790 м.н.в.; Руен со врвот Рујан 986 м.н.в.; Ланиште 775 м.н.в.; Црни Врв со 774 м.н.в.; Богословец

со врв Св. Јовански Рид со 755 м.н.в.; Боска 720 м.н.в.; Карабалија или Дојрански Рид со 697 м.н.в.; Станевски Орман со 684 м.н.в.; Илинџа со 664 м.н.в.; и Планина Љуба 563 м.н.в. (Петрушевски, Илија и Николина, 2001) <http://gis.katastar.gov.mk/arec;http://www.igeografija.mk/Portal/?p=2463>)

Во Република Македонија, исто така постојат зимско, спортски центри на некои планини кои имаат помало значење и на некои од нив има изградено жичарници и скијачки патеки како на пример Вишни на Јабланица и Голак кај Делчево и други.

Планините во нашата држава според функционалните карактеристики од туристичка гледна точка се групирани во три групи:

- Излетничко, рекреативни планини;
- Спортско манифестациони планини; и
- Планини со комбинирано значење.

Излетничко рекреативните планини се наоѓаат во непосредна близина на градовите, кои најчесто се емитивните средини во нашата држава. Со оглед на близината овие планини имаат туристичко и рекреативно значење.

Такви планини се: Шар Планина – Тетово, Крчин – Дебар, Јабланица – Струга, Галичица – Охрид, Баба – Битола, Ресен – Бигла, Водно – Скопје, Плачковица – Штип, Беласица – Струмица, Осоговски Планини – Крива Паланка, Дрен Планина – Прилеп, Бистра – Кичево, Кожуф - Гевгелија и други.

Во нашата држава, маркирани се голем број патеки за пешачење и за разгледување, кои, покрај од градовите, почнуваат и од руралните населби, кон околните планини. Наведуваме само дел од туристичко-рекреативни патеки за пешачење и разгледување кои почнуваат од селски населби до одредени локалитети, пример: Брајчино, Вевчани, Вишни, Горан Белица, Старавина, Скочивир, Смоларе, Банско, Мокрино, Колешино, Галичник, Лазарополе, Ростуша, Зрновци, Цапари, Ротино, Маловишта, Сливница, Смилево, Коњско, Калишта-Радожда итн.

Спортско манифестационите планини се планини на кои се организираат зимско – спортски манифестации (Шарпланински куп - меѓународна ФИС трка во слалом, велеслалом, ФИС сноуборд куп; Мавровски меморијал во нордиско трчање; Пелистерски велеслалом и др.). Во времето кога се одржуваат манифестациите бројот на посетителите се зголемува за неколку пати повеќе, отколку во деновите кога нема манифестациски настан.

Во оваа група спаѓаат планините: Шар Планина и Бистра во западниот и северниот дел, Осоговските Планини во источниот дел, и Баба и Бушева Планина во југозападниот дел од Република Македонија.

Планини со комбинирано значење се планините кои се близу до емитивните места, но поседуваат и такви вредни туристички мотиви кои ги привлекуваат туристите од поширокиот регион. Обично овие планини населението ги користи за излети и рекреација, со оглед на близината на постојаното место на живеење. На овие планини можат да се одржуваат натпревари од државен и меѓународен карактер. Станува збор за повеќе планини во државата, во кои покрај спортски се одржуваат, културни и други манифестации во нивните планински населби (Галичка свадба, Вевчански

карневал, Цапарски карневал, Мокренски средби, Брајчино, Љубојно, Ростуша, Смоларе, Колешино и др.).

Покрај планините и планинските превои, кои овозможуваат поврзување помеѓу котлините и планините, истите, како места со добра комуникативна врска, имаат погодна локација за мали стопански гастрономски објекти – ресторани, изградба на видиковци и други пропратни содржини. Од тука, превоите покрај комуникативната вредност се здобиваат со угостителско-туристичка вредност. Бројот на планински превои во Република Македонија изнесува околу триесет (Плетвар, Ѓавато, Буковиќ, Ливада, Јама, Турла, Трибор, Слива, Превалец, Преслап, Кула, Барбарас, Вршникот, Лаки, Патрик, Валмато, Јакуш, Суви Лаки, Смилат, Караула, Костурино, Голашеш и др.) од кои попознати се: Стража на 1.210 м.н.в, Пресека 1.150 м.н.в., Буково 1.180 м.н.в., Присад 1.169 м.н.в., Плетвар на 998 м.н.в.

Табела 18.: Планински превои во Република Македонија

Р.Бр.	Котлини кои се поврзани	Име на превојот	Надморска височина на превојот во (м.н.в.)
1.	Полошка и Кичевска котлина	Стража	1210
2.	Охридска и Кичевска котлина	Пресека	1150
3.	Преспанска и Охридска котлина	Буково	1180
4.	Пелагонија и Преспанска котлина	Ѓавато	1169
5.	Повардарие и Пелагонија	Присад и Плетвар	1146 и 998

Извор: ТК. 1: 50 000, ВГИ, Белград, 1973 г.; Патна карта на Република Македонија, 1:400.000)

Резимирано за развој на планински туризам Република Македонија има големи потенцијали, бидејќи има голем број планини. На планините во нашата држава се евидентирани 75 туристички локалитети, а од нив 35 имаат потенцијални можности за туризам. Во функција на планинскиот туризам се: активните ски центри (7), планинските хотели (45), планинските викенд населби (8), планинарските домови (36), планинските детски одморалишта (4) и планинските населби со над 1000 м.н.в. (188).

Планини каде се реализира планински туризам се: Шар Планина, Бистра, Баба Планина со Пелистер, Јакупица, Јабланица, Кораб, Галичица, Кожуф, Ниџе, Плачковица, Осоговски Планини, Малешевски Планини, Беласица, Стогово, Бушева, Бабуна, Илинска Планина и други.

Познати локалитети за планински туризам се:

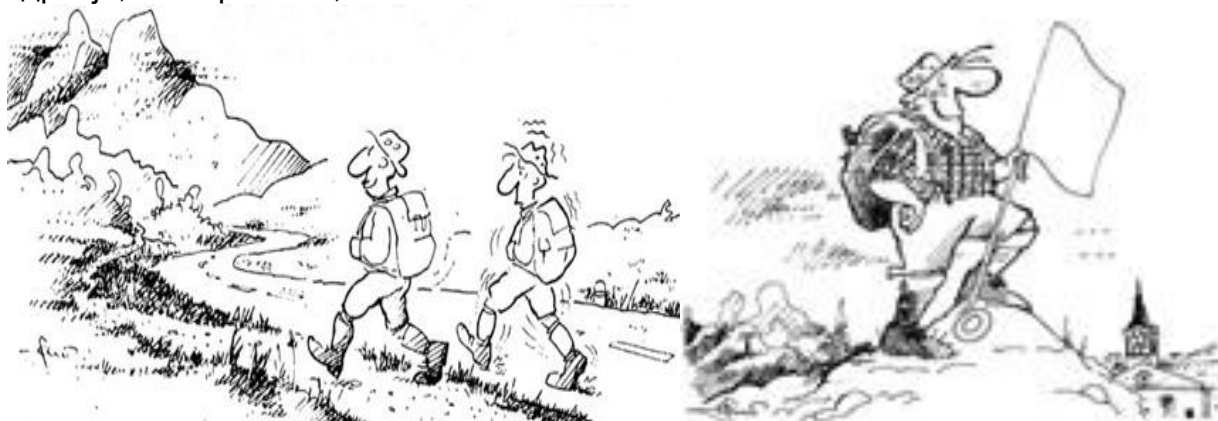
- на Шар Планина: Попова Шапка, Патишка Река, Лешница, Три Води, Црн Врв, Рудока, Бристовец, Љуботен и др.;
- на Баба Планина со Пелистер: Бегова Чешма, Детско одморалиште, Копанки, Широка, Марушица, Големо Езеро, Нижополе, Неолица;
- на Бистра: Маврово, Бунец, Леуново, Лазорополе, Галичник;
- на Јабланица: Лабунишки Бачила, Горна Белица, Вишни;
- на Јакупица: Нежилово, Чеплес, Солунска Глава, Китка;
- локалитети на други планини: Пониква, Голак, Магаро, Кајмакчалан, Лисец, Калин Камен, Коњско, Илинска Црква и други

4. ПЛАНИНАРСКИ ДОМОВИ ВО РЕПУБЛИКА МАКЕДОНИЈА

Планинарството е широк поим кој ги опфаќа готово сите човекови активности поврзани со движење и престој во планина. Планинарството не е бесцелно лутање по непристапите предели и освојување на врвови, туку начин и стил на живот, голем низ на активности според кои современиот човек се занимава за да живее здраво и убаво.

Одењето во природа, дружењето и движењето на чист планински воздух претставува активен облик на одмор кои планинарите ги исполнува со задоволство и нови доживувања. И покрај тоа што планинарството физички исцрпува, тоа нас истовремено не обогатува и освежува со нова емоционална енергија која е потребна за живот во човековата заедница.

Занимавањето со планинарство кај човекот се развиваат добри особини: снаодливост, храброст, пожртвованост, прилагодливост, физичка издржливост, друштвеност, смисла за разбирање на луѓето и природата, патриотизам и др. Планинарењето се темели на заедништво, на зваемно делување со цел совладување на природните, но и воедно на сопствените психофизички „препреки“. Според тоа, практикување со планинарење се подобрува човековото здравје, како физичко, така и психичко.



Слика 47.: Карикатури на планинари

Во Македонијат има повеќе од 30 планинарски домови, од кои некои и воопшто не се во функција. Но останатите кои се во функција или се во сопственост на планинарски друштва или им се доделени на користење и одржување на истите. Повеќето домови се градени во периодот околу '50 - '60 години од минатиот век. Со распаѓот на стариот систем, во периодот од 1990-2000, повеќето остануваат напуштени без јасен сопственик и корисник. Со исклучок на неколку кои без престан функционираат од самото нивно подигнување, останатите заживуваат со почетокот на формирањето на планинарските друштва во периодот од 1997 па се до денес. Но сепак повеќето (со исклучок на неколкуте реновирани домови) не се на некое завидно ниво, односно ги нудат само најосновните услови за престој и преноќиште.

Повеќето домови во својот состав имаат спални соби (3-5) кои најчесто со повеќе креветни (4 па се до 12 кревети) кои се опремени само со постелнина некаде и грејни тела. Кујнскиот простор, за разлика од спалните соби е подобро

опремен. Во нив ги има основните елементи за припрема и конзумирање на топли и ладни јадења, како и припрема и конзумирање на топли и ладни напитоци. Кујнскиот простор функционира на принципот на само послужување. Трпезаришниот простор е простор опремен со маси и столици за починок или конзумирање на храна, радио или телевизиски приемник и места – долапи за сместување на најразлични предмети. Санитарни јазли, кои исто така се скромни но сепак во функција. Повеќето имаат електрична и водоводна мрежа и основни грејни тела. Исто така имаат и преддворје кое е погодно за користење во потоплиот период од годината, кој дава можност за престој во природа. Планинарските домови кои се во функција имаат свој домар, достапни се само за време на викендите кога и фреквенцијата на посетители е поголема. Но во договор со домарот кога станува збор за поголема група има можност и за користење во текот на работната недела.

4.1. Планинарски домови на планината Плачковица

Плачковица е средно висока планина во источниот дел на Република Македонија. Највисока точка е врвот Лисец со височина 1.754 м. Планината се издига помеѓу Радовиш и Струмичко-Радовишката котлина на југ и Кочанска Котлина на север, во правец северозапад-југоисток. До планината Плачковица се пристигнува од Радовиш, Штип и Веница. Климата на подрачјето од Плачковица е умерено-континентална, со одредено влијание на средоземна клима од јужен правец. Средногодишните температури се околу 10-12 степени целзиусови. Врнежите се скромни и во просек годишно паѓаат околу 500 мм во пониските до 800 мм во повисоките делови.

Планинарскиот дом „Вртешка“ (под надлежност на друштвото за планинарски спортови Лисец) е оддалечен околу 35 километри од градот Штип на надморска висина од 1.107 м. Тој од неодамна е реновиран, со анбиентална дрвена фасада, и поседува 40 легла, струја, тоалет и централно греење обезбедено преку камин. Дворот е хорти културно уреден, со поставени реквизити за одмор и починка. До домот можно е пристигнување со теренско моторно возило, додека пеш се пристиднува за околу 1 час. Во близина на овој домот се наоѓаат неколку пештери, од кој најпристапно обезбедена е пештерата “Куп”. Исто така тука се и рекреативните планински искачувања до врвот “Лисец” (1754 м.н.в.) и Туртел (1684 м.н.в.). Домот за посетители е отворен за време на викендите или преку работната недела со претходен договор со домаќинот.

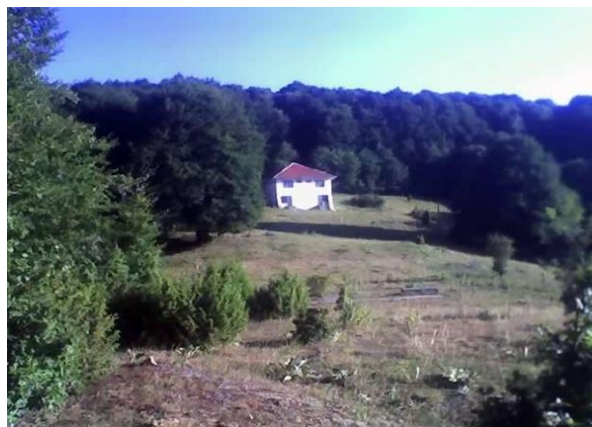


Слика 48.: Планинарски дом Вртешка



Слика 49.: Врв Туртел, 1689 метри надморска висина

Планинарскиот дом „Црквиште“ (исто така во надлежност на друштвото за планинарски спортови Лисец) се наоѓа на северната страна на планината Плачковица. Тој е во близина на планинскиот врв Туртел, а е лоциран на 1.590метри надморска висина. Тој во моментот е во фаза на реновирање, но сепак располага со 20 легла, но нема вода и струја, односно нема кујна и тоалет внатре во објектот. Сепак за да може да се обави одреден степен за користење поставен е агрегат за електрична енергија. Овој планинарски дом покрај тоа што нуди прекрасна природа, дава можност и за рекреативно искачување на врвовите Туртел и Лисец. Домот работи само со претходна најава кај домаќинот.



Слика 50.: Планинарски дом Црквиште

Планинарскиот дом „Џумаја“ е во надлежност на планинарското друштво Бел Камен од Радовиш. Тој е сместен на Радовишката страна на планината и се наоѓа на 21км од него. Лоциран е на 1.420метри н.в., располага со 30 легла, кујна и тоалет, односно има електрична и водоводна мрежа. До него води асфалтен пат, кој овозможува пристап со моторно возило, освен последните 2км. од патот кој е макмадам. За рекреативците постои и маркирана планинска патека кој **започнува од Радовиш, од мостот на Стара река и поминува низ населбата Технелк, од каде се оди по асфалтен пат, преку мали кратенки, се поминува во непосредна близина на селото Штурово. За половина час се доаѓа до говедарската фарма Чешме мале. Преку кратенките што продолжуваат се излегува на асфалтен пат. Во непосредна близина на селото Козбунар повторно започнуваат кратенките меѓу некои вили, 15 минути пред Шумската кука повторно се излегува на асфалтен пат. Од Шумската кука до планинарскиот дом „Џумаја“ се пристигнува по добар земјен пат во должина од 2 км. За овој дел од патеката се потребни 5 часа.**

Од тука постои можност за продолжување на искачувањето се до врвот Лисец. Од планинарскиот дом патеката продолжува надолу према рекичката Еден дере која се поминува неколку пати, за да по 1 час пешачење патеката дојде до самото подножје на врвот Лисец, се поминува реката Ломија. Од тука патеката се качува нагоре по гребенот Влашка ридина, селото Влашки гроб, Голема ливада до врвот Лисец. Од планинарскиот дом до врвот Лисец потребни се 2 часа.



Слика 51.: Планинарски дом Џумаја

Рекреативни искачувања на врвот “Лисец” (1.754 м.н.в.)

Лисец може да се искачи и од планинарскиот дом Вртешка. Почетно движењето е по козја патека во правец на вилите на Штипска Плачковица (1280 мнв), до нив се стига за околу 25 минути. Потоа се продолжува по асфалтираниот пат околу 10 мин. (околу 800 метри должина) до раскрсница после која се продолжува по макадамски пат, тука се наоѓа и првата чешма. По 1.5 км односно 20 мин. движење по макадамот се доаѓа до месноста Џамија (1500 м.н.в.) каде има раскрсница и се оди по патот што се дели десно. Дотука може да се дојде и со обичен автомобил а понатаму само со теренски. После 2-3 мин. (250 м) повторно се наидува на раскрсница, се продолжува по патот кој води кон југоисток и врти многу брзо кон исток. Тука има доста извори и потоци, како и ливади погодни за кампување. По 20 мин. од последната раскрсница (околу 2 км) се наидува на маркирана патека која води кон врвот Лисец. Патеката прво води надолу кон кањонот Улумија. После 15 мин. (1,5 км) се наидува на реката Ломија (околу 1000 м.н.в.). На местото каде се преминува реката има 8 метри висока карпа со многу пукнатини кадешто може да се преноќи по потреба. Тука веќе нема сигнал за моб. телефони. Од тука тесната козја патека оди по јака угорнина и движењето е отежнато заради густитиот папрат и грмушки. По околу 20 мин. (1 км) се поминува покрај врвот Криво брдо (1282 мнв). Од овде патеката води по самото било до врвот. После 20 мин. (околу 1 км) се доаѓа до месноста Побиеен камен (1407 м.н.в.) од каде се гледа за прв пат и врвот Лисец. Тука нема вода за пиење, а има сигнал на моб. телефони. До врвот има уште околу 2 часа. По околу 40 мин. (2,5 км) патеката излегува на широк макадамски пат (1550 м.н.в.). Понатаму до пред врвот нема вода за пиење. Од тука почнува искачувањето на самиот врв на кој заради многу стрмниот приод мора заобиколно да се искачи од северната страна. По 50 мин. (3 км) се пристигнува до трла и објекти (1640 м.н.в.) кои се наоѓаат под самиот врв. Тука има и хелиодром. По натамошни 30 мин. се пристигнува на врвот Лисец. По потреба може да се преноќи во подземни простории и канали изградени од бившата ЈНА. Враќањето до домот Вртешка е по истиот пат, секоја друга варијанта е премногу ризична и многу напорна.

Карактеристично за врвот Лисец е тоа што и во касните пролетни месеци Април и Мај можно е присуство на снег.

4.2. Планинарски домови на Шар Планина

Шар Планина се наоѓа во северозападниот дел на Република Македонија. Шарпланинскиот масив се протега во правец североисток - запад – југозапад во должина од 76 km. Започнува од реката Лепенец и Качаничката Клисура на североисток, на исток границата е определена со Полошката котлина, на југозапад Штировичката Река и изворите на Радика, на југ изворот на реката Вардар – Вруток, а на запад - надвор од територијата на Македонија, со Сириничката Жупа, реката Призренска Бистрица и нејзината долина, и жупите Гора и Опоље во Косово. Нејзин највисок врв е Титов Врв (2.747 м.н.в.) Климатското обележје кое се одликува со разновидни микро и макро климатски варијации и во кое метеоролошките елементи имаат свој специфичен дневен и годишен од. На Шара претежно се јавува планинската клима. Средната годишна температура е значително ниска, а дневното и годишното температурно колебање е намалено и доста ублажено.

Планинарскиот дом „Шарски води“ е лоциран на 1.330 метри н.в.. Тој всушност е поранешна стражарска куќарка, пренаменета во планинарски дом со мал капацитет. Располага со само 8 легла и електрична енергија, додека вода има во дворот на објектот. Објектот е од затворен тип, сепак со претходна најава и договор со домаќинот може за се користи. До него може да се пристигне со моторно возило по 6км асфалтен пат и 7км макмадамски пат од градот Гостивар, преку селото Горно Јеловце. Место положбата на домот нуди можност за искачување на врвот Радика (планина Радика) за околу 5ч во еден правец; Искачување на врвот Лера во подножјето на Кораб (ги дели реката Радика) преку два различни правци, едниот се поминува во еден правец за 4часа а другиот за 3часа; искачување на Говедарник (Зенделбег - Деделбег) за околу 3часа во еден правец; искачување на Будилов гроб (2230 м.н.в.) над изворите на Маздрача за 2-2,5ч; искачување на Рамен камен (1750 м.н.в.) на Шар планина за 2-2,5ч; искачување на Мала Враца за 5-6ч во еден правец. Сепак ова се напорни и долготрајни искачувања кои бараат поголема физичка спремност.



Слика 52.: Планинарски дом Шарски води

Планинарскиот дом “Конак” се наоѓа на Шар Планина, на скијачкиот центар Попова Шапка на 1760 метри надморска височина, лоциран во склоп на Манастирскиот комплекс Св. Наум Охридски – Чудотворец. Оддалечен е 18 километри од Тетово и 53 километри од Скопје. Во летниот период до “Конак” се пристигнува со автомобил каде што има сопствен паркинг, додека во зимскиот

период со автомобил до хотел Попова Шапка. Во приземниот дел од објектот на манастирскиот конак се наоѓа планинарскиот дом “Конак”. Особено задоволство ќе ви даде внатрешноста на објектот во комбинација на дрво и камен со камин и отворен поглед на скијачките терени. На платото пред домот се наоѓа голема тераса која има јужна ориентација и доста погодна за престој во текот на зимската сезона поради големиот број на сончеви денови кои се главна карактеристика на скијачкиот центар Попова Шапка. Објектот поседува главна просторија, соби за сместување, ски гардероба, ски инструктор, ски кафе, тераса, изнајмување на велосипеди, организирани прошетки со планински водичи, 4X4 авантури итн. Објектот располага со 18 легла групирани во 5 соби, едно купатило и 5 тоалети. Главна просторија со 50 места за седење, тераса со 150 места за седење, бесплатен интернет, сателитски ТВ програм како и моторна санка за трансфер на гости.



Слика 53.: Планинарски дом Конак

Планинарски дом „Смрека“ се наоѓа на височина од 1800 метри на Попова Шапка веднаш под детското одморалиште. До него се стигнува по асфалтен пат од Тетово до Попова Шапка. Домот е отворен во текот на целата година, но се препорачува претходна најава. Капацитетот на домот е 80 легла во соби од 4, 6 и 10 кревети, заедничка трпезарија, дневен престој и кујна. Домот има постојана електрична енергија и вода, и во истиот може да се набави пијалок и храна.



Слика 54.: Планинарски дом Смрека

Планинарскиот дом „Љуботен“ е сместен во скијачкиот центар Попова Шапка, во близина на планинарскиот дом Смрека. До него се пристигнува со моторно возило, по асфалтиран пат во должина од 20 км (Тетово – Попова Шапка). Овој планинарски дом е во сопственост на планинарскиот клуб Љуботен од Тетово, и е целосно реновиран. Нуди одлични услови за пријатно и интимно сместување на семејства или помали групи. Располага со 10 легла, распоредени во две спални соби (4-6), целосно опремена кујна и тоалет (со топла и ладна вода).

Греењето е на дрва, но има и дополнителни грејни тела. Домот работи преку целата година, но со задолжителна претходна најава бидејќи нема посојан домар во домот.



Слика 55.: Планинарски дом Љуботен – Попова Шапка

Планинарски дом „Љуботен“ (под врвот Љуботен) Домот се наоѓа на височина од 1630 м. До него се стигнува од Тетово до Старо Село по асфалтен пат, а од Старо Село до домот по макадам пат или маркирана патека која започнува кај информативната табла во селото. Планинарскиот дом Љуботен е прв и најстар дом во Република Македонија изграден 1931 г. Домот е поставен над букова шума и од него се отвора прекрасен поглед кон полошката котлина, врвот Љуботен, Козја Стена, Ливадица и Пирибег. Домот за викендите е отворен и во текот на целата година, но сепак се препорачува претходна најава кај домарот. Капацитетот на домот е 35 легла заедничка тарпезарија и кујна. Домот има постојана електрична енергија и вода. Во домот може да се набави пијалок и храна, а по желба се подготвуваат и традиционални јадења.



Слика 56.: Планинарски дом Љуботен – Љуботен

Рекреативно искачување на Титов Врв (2.747 м.н.в.)

На Титов врв кој се наоѓа на масивот Шар Планина се стигнува преку Тетово од Попова Шапка по асфалтен пат, со возило или организирано, со комби-превоз од Тетово. Редовна автобуска лија не постои, а жичарата работи само во зима. Попова Шапка е оддалечена од Тетово 20 км. Доколку одлучите да ноќевате, тогаш можете да го сторите тоа во планинарските домови „Смрека“, „Шар ски“, „Љуботен“ и другите околни домови. Патеката е маркирана. Од Попова Шапка или Јелак има неколку можни правци за искачување на врвот, во зависност од расположивото време и желбите. Најкратка и најтешка е патеката преку која директно се искачува на Церипашина. Од тука по гребенот преку Карабунар, врвот Бакардан до Титов врв, патеката е маркирана. Маркацијата за трансверзалата

Планини на Македонија - ПМ започнува од Попова Шапка и остатоците од уништениот планинарски дом Јелак. Двете патеки се спојуваат пред Орлови стени. Патеката од Попова Шапка се движи по широки ливади, а пред Орлови стени излегува на широк пат. Патеката од планинарскиот дом Јелак води по широкиот пат па се до Орлови стени. Од Орлови стени - Вакуфски бачила, патеката свртува десно покрај Палчишка река, према подножјето на Бакардан и се движи по широки ливади. По левата страна на Бакардан патеката се искачува до седлото помеѓу Титов врв и Бакардан, а потоа продолжува по гребенот до врвот. До Титов врв од Попова Шапка или од планинарскиот дом Смрека, потребни се 4,5 часа пешачење. Патеката е маркирана. Печатот се наоѓа во планинарскиот дом Смрека. Титов врв може да се искачи и по самиот срт, прво покрај жичарата према врвот Церипашина (има разни антени на самиот врв), потоа по самиот срт преку Бакардан се спушта патеката до преслапот под Титов врв и тука се спојува со другата патека.



Слика 57.: Титов врв

4.3. Планинарски домови на Кожуф

Кожуф е планина која се наоѓа на границата помеѓу Македонија и Грција. Највисок врв на Кожуф е врвот Зеленбег висок 2176 метри. На највисоките делови се развиени изворишните челенки на реките: Дошница, Бошава, Блаштица и др. На подрачјето на Кожуф се чувствува медитеранско климатско влијание во комбинација со умерено континентални климатски влијанија. Тука е изразена посебна локална клима со изменети медитерански и ублажени умерени континентални обележја, кои се манифестираат преку прилично топлите лета, релативно студените зими, зголемена средногодишна температура, намалено средногодишно температурно колебање и значително потопла есен од пролет.

Планинарскиот дом „Висока Чука“ е под надлежност на планинарското друштво Миравци. До домот може да се пристигне со теренско возило по макмадам пат од селото Петрово. Исто така можно е искачување и по маркирана планинска патека за околу 2 часа. Домот располага со 40 легла, поседува и кујна во која може да се припрема храна. Домот има постојан домар, но сепак препорачлива е претходна најава. Место положбата на домот овозможува искачување на околните планински врвови. До врвот Двете уши (1766 метри н.в.) има маркирана патека која се искачува за околу 3,5 часа во едниот правец и врвот Златен Брег (2.176 м.н.в.) Исто така во близина се наоѓа и ловиштето “Висока Чука”, кое располага со ловен фонд на дива свиња и срна.

Планинарскиот дом „Горни Дисан“ е под надлежност на друштвото за планинарски спортови Просек од Неготино. Сместен е во поранешното училиште во селото Долни Дисан. Се наоѓа на релативно пониска надморска висина од 300м и располага со 30 легла. Оддалечен е од Неготино само 12км. и до него се пристигнува со моторно возило по асфалтиран пат, од кои последните 2км. се макадам пат. Работи исклучиво со претходна најава кај домарот.



Слика 58.: Планинарски дом Горни Дисан

Планинарски дом „Драчевица“ е под надлежност на Д.П.С. Просек од Неготино. Исто така е сместен во поранешно училиште во самото село Драчевица и е на 600 метри н.в.. До него се пристигнува од Демир Капија, по пат во должина од 14км. од кој скоро половина е макадам пат. Домот располага со 40 легла, нема постојан домар, работи исклучиво со претходна најава. Дава можност за искачување на врвот Двете Уши на Кожув, со 5-6 часа искачување во едниот правец. И продолжување кон врвот Златен брег.



Слика 59. : Планинарски дом Драчевица

Планинарски дом „Мрежичко“ е сместен во поранешна полициска станица во селото Мрежичко, и е на надморска висина од 572 метри. До него се пристигнува од Кавадарци по асфалтен пат во должина од 35 км. Поседува 35 легла, вода и струја во самиот објект. Домот нема постојан домар, но со претходна најава може да се користи. Дава можност за пристигнување до Темната пештера која е со длабочина од 150м., преку врвот Басов град со пешачење околу 5-6 часа (во едниот правец). А во непосредна близина на пештерата (со 15 минути пешачење) се пристигнува и до водопадите на реката Башница.



Слика 60.: Планинарски дом Мрежичко

Рекреативно искачување на врвот Златен Брег (2.176 м.н.в.)

За да се стигне на „Кожуф“ од Гевгелија прво се тргнува по асфалтен пат за с. Коњско со должина од 20 км, нема редовен локален превоз во тој правец, може да се користи такси-превоз. Потоа накај Смрдлива вода продолжува макадамски пат со должина од 4 км. После селото Смрдлива Вода стартува маркирана патека (патеки) по која за околу 2,5 часа се стигнува до Чавдарова чешма (патека 3

пати го сече широкиот шумски пат кој оди во цик-цак (по него може без проблем да се оди со теренско возило), маркицијата всушност се одвојува десно пред да се стигне до Чавдарова чешма и оди до Асанова чешма (десно од врвот „Кечи кај“ 1767 м.н.в.) и потоа продолжува према врвот „Двете уши“. За да се стигне до Чавдарова чешма се оди лево од врвот „Чичи каја“ по блага изохипса. Во околината на Чавдарова чешма има поволни услови за логорување со шатор. Над Чавдарова чешма се наоѓаат неколку активни бачила и рибник. Од тука може да се стартува искачувањето на Зелен брег (2166 м.н.в.), инаку највисоката кота со 2172 мнв на Кожуф се наоѓа на околу 5-6 мин. од граничната линија во внатрешноста на Грција, до врвот се стигнува за околу 2,5 часа.



Слика 61. : Врв Златен брег 2176 метри надморска висина

4.4. Планинарски домови на планина Добра Вода

Добра Вода е висока венечна планина во Македонија која се издига помеѓу долината на Мала Река од исток и Кичевската Котлина од запад. На север започнува од Дупен Камен (1.857 м.н.в.) со кој е одделена од Сува Гора, а на југ се протега до долината на реката Треска. Централното било има динарски правец на протегање северозапад - југоисток. Се дели на два дела: северен (познат и под името Челоица) со највисок врв Добра Вода (2062 м.н.в.) и јужен (познат како Песјак) со врвовите Кула (1917 м.н.в.) и Коњарник (1874 м.н.в.). Зафаќа вкупно површина од 396 км². Неотектонските движења овде се особено манифестирани, така што од сите страни е ограничена со раседи. Планинското било се протега во должина од 25 км. Највисокиот дел е под пасишта, а планинските страни се под дабова и букова шума.

Планинарски дом „Железна Река“ (Челоица) е под закрила на планинарското друштво Кораб. Сместен е на 910 метри н.в., а отворен е за посета само со претходна најава кај домарот. Дава можност за посета на пештерата Ѓоновица, која впрочем и не е докрај истражена.



Слика 62. : Планинарски дом Железна Река

Планинарски дом „Урсус Спеолос“ (Песјак Планина) Овој планинарски дом е под закрила на исто именото истражувачко друштво. Лоциран е во селото Слатино, во близина на Македонски Брод и е на 600 метри н.в.. Може да се посети само со претходна најава. Домот има атрактивна локација во чија близина не

наоѓаат 5 пештери и тоа: Слатинско Врело 4000 м.н.в., Овчарска пештера 400 м.н.в., Пурало 800 м.н.в., Слатинска II 80м и Горна Слатинска 400 м.н.в.. Трекинг тури, искачување на Јошков камен (1917 м.н.в.) врв на Песјак планина во времетраење од 4 часа, планинарска тура од с. Слатина - Јошков камен - Добра Вода (2061 м.н.в.) - Челоица - Железна Река (Гостивар).

Слика 63.: Планинарски дом Урсус Спеолос



Рекреативно искачување на врвот Добра Вода (2.061 м.н.в.)

Основна појдовна точка за искачување кон врвот е од селото Железна река. До него нема редовен превоз кој оди само до селото Србиново 3 км. претходно, инаку с. Железна река е оддалечено 20 км од Гостивар, а асфалтен пат води до самото село. Селото се наоѓа на 900 мнв, и од него до врвот Добра вода се стига за 4:30-5 часа преку манастирот Св. Никола до кој се потребни 1:30-2 часа. Нема добра патека ниту маркација за овој правец и потребно е добро познавање на теренот. Има поедноставен правец за искачување. Од центарот на селото се искачува сртот од другата страна на Железна река над левиот брег, по сртот одејќи во југоисточна насока се искачува врвот за околу 3:30-4 часа. Од врвот можно е спуштање до Самоков за околу 3 часа.

4.5. Планинарски домови на Беласица

Беласица е планина во југо-источниот дел од Македонија во близина на Струмица. Има напореднички правец на протегање исток - запад и должина од над 70 км. Спаѓа во групата најстари планини не само во РМ, туку и на Балканскиот полуостров. Во подножјето на Беласица извираат многубројни термални и минерални извори.

Планинарскиот дом „Шарена Чешма“ е под надлежност на планинарско алпинистичко ориентационото друштво Ентузијаст од Струмица. До домот се пристигнува по маркирана патека, која започнува од селото Смоларе и води низ шума. Во домот се пристигнува после 2.5 часа движење. Планинарскиот дом располага со 26 легла, и е од затворен тип. Но во договор со домаќинот може да се престојува во него. Местоположбата на домот овозможува искачување на врвот Тронеѓа (1.881 метар н.в.), и рекреативно пешачење до Смоларските водопади (2,5 часа пеш).

Рекреативно искачување на врвот Тронеѓа (1.881 м.н.в.)

Од планинарскиот дом до границата патеката се движи по широк пат се до шумата. После 1 час пешачење се пристигнува до границата. Од тука патеката свртува лево и се движи по граница (патролна патека) се до врвот Тронеѓа (тумба), а до врвот ви е потребен уште 1 час или вкупно 2 часа од планинарскиот дом. Бидејќи овој врв се наоѓа на самата македонско-бугарска и македонско-грчка



граница, потребно е претходно да се извади дозвола да движење по границата. Дозволата се вади во местото на живеење.

Слика 64.:

Врв Тронеѓа 1881 метри надморска висина

4.6. Планинарски домови на Баба Планина

Баба е млада верижна планина. Баба се наоѓа помеѓу Пелагонија на исток и Преспанската Котлина на запад. Геолошкиот состав главно е претставен со палеозоитски шкрилци и магматски карпи (гранит). Од растителните заедници најголемо пространство завземаат моликовите шуми кои како чиста состоина се среќаваат на површина од 1174 хектари.

Планинарски дом „Димитар Илиевски – Мурато“ е под надлежност на Планинарското друштво Пелистер од Битола. Лоциран е на надморска висина од 2.218 метри, и е веднаш до Големото езеро. До него може да се пристигне пеш или со теренско возило. Објектот со струја се снабдува преку агрегат. Домот во летниот период е отворен само за викенд, а додека во работните денови и другите годишни времиња може да се користи само со претходна најава кај домакилот. Овој дом располага со 50 легла, нема вода, струја и тоалет. Со електрична енергија се снабдува преку агрегат. Додека водата и тоалетот се надвор од домот во непосредна близина. Нуди искачување до врвот Пелистер (2.601 м.н.в.) за 2 часа пешачење, с. Брајчино на Преспанското езеро (3-4 часа), и пристигнување до планинарскиот дом Неолица, преку врвот Муза (2.350 м.н.в.) за 5-6 часа.



Слика 65.: Планинарски дом Димитар Илиевски – Мурато

Планинарски дом „Копанки“ е под закрила на П.Д. Пелистер од Битола. За жал овој планинарски дом изгоре во пожар во Јануар 2013^{та} година и покрај најразличните ветувања тој сеуште не е реновиран и неработи. Сепак како еден од најубавиот и најголем планинарски дом во Македонија треба да се спомене. Располагаше со 122 легла, вода и струја. Сместен е на 1.554 метри н.в., а до него може да се пристигне со моторно возило по асфалтиран пат, но и пеш за околу 30 минути. Патеката започнува веднаш после хотелот Молика. Домот беше постојано

отворен за посетители и дава можност за искачување на: Пелистер, Мало и Големо Езеро, Јоргов камен и Црвени стени.



Слика 66.: Планинарски дом Копанки **Слика 67.:** Опожарен планинарски дом Копанки

Планинарски дом „Неолица“ е под закрила на Планинарско друштво „Ѓорѓи Наумов“ од Битола. Сместен е на надморска висина од 1.440 метри, располага со 48 легла и користи струја од агрегат. Со моторно возило може да се пристигне од селото Лавци, а пеш за 2 часа. Исто така пеш може да се појде од селото Буково и се пристигнува за околу 3 часа. Домот нема постојан домаќин, па затоа задолжителна е претходна најава кај домарот. Со својата местоположба дава можност за искачување на врвот Неолица, Пелистер и посета на Големо Езеро со околу 6-7 часа искачување.



Слика 68.: Планинарски дом Неолица

Рекреативно искачување на врвот Пелистер (2.601 м.н.в.)

За искачување на врвот Пелистер кој е во состав на националниот парк „Пелистер“ постојат неколку правци, и тоа: од планинарскиот дом Неолица преку Големо езеро; од с. Нижеполе преку Големо езеро и од пл. дом Копанки.

Од пл. дом *Неолица* (до овој дом се стасува од селата Лавци и Буково преку маркирани патеки) преку врвот Скрково по гребенот до врвот Муза и преку Орлови бари до пл. дом на Големо езеро. За овој дел од патеката потребни се 6 часа, од пл. дом на Големо езеро до врвот преку Мало езеро уште 2 и пол часа. Патеката е маркирана. Од с. Нижеполе до Големо езеро преку гребенот Дебел рид потребни се 3 и пол часа. Патеката е маркирана.

Од пл. дом *Копанки* за врвот постојат 3 патеки. Едната е преку гребенот - камењарот, а другите две се преку Болница и Широка. Маркацијата ПМ започнува од Копанки односно Бегова чешма - хотел Молика и води по патеката преку Болница. Од Битола до Бегова чешма може да се стаса преку селата Трново и Магарево. Од пл. дим Копанки патеката се спушта надолу по широкиот пат кај Палиснопје и се движи по неа до месноста Цапарски преслап. Од овој преслап

патеката повторно влегува во шумата. Кај месноста Под Кулина стена патеката се дели десно, оди преку Широка и лево преку Болница на врвот. Друга насока по која може да се достигне врвот е од с. Брајчино од правец на Преспанското езеро. Направена е нова маркација и со неа се излегува на платото меѓу Големо и Мало езеро, и од таму може да се искачи врвот. Печатот се наоѓа на врвот во зградата на МТВ - репетитор каде има постојано дежурни.



Слика 69.: Врв Пелистер 2601 м

4.7. Планинарски домови на планината Јакупица

Планината Јакупица или уште како што ја нарекуваат Мокра Планина е планински масив во централна Македонија. Неа ја составуваат повеќе планински делови: Караџица, Даутица, Голешница, Китка и Осој. Планинскиот масив е настанат во терциерот со раседнување. Внатрешноста е составено од гнајс и од кристалести шкрилци, а над нив се наоѓаат дебели слоеви на мезозојски варовници и доломити. На планината се наоѓаат траги од ледената епоха претставени преку циркови (две езера), валови и морени. Јакупица е богата со разновидна флора и фауна, пасишта, извори - врела и др. Највисок и најзабележлив врв е Солунска Глава, висок 2540 метри. Други важни врвови се: Караџица (2.473 м), Попово Брдо (2.380 м), Остар Брег (2.365 м), Убава (2.353 м), Остар Врв (2.275 м) и Даутица (2.178 м). Релјефот е пресекуван од бројни чисти и брзи планински реки. Големи области се покриени со букови, дабови и игнолисни шуми. Овој планински масив е лесно достапен од главниот град Скопје или од градот Велес и многуте села во оваа област. Во чисти и јасни денови од врвот Солунска Глава се верува дека може да се види градот Солун во Грција, па одтука доаѓа и името на врвот.

Планинарски дом „Папрадиште“ е под надлежност на невладината организација “Green power” од Велес. Планинарскиот дом е сместен во селото Папрадиште, на 1.000 метри н.в.. До него може да се пристигне со моторно возило по асфалтиран пат, од Велес. Располага со 35 легла, а за посета е отворен само за време на викендите. Место положбата на домот дава можност за искачување на вервот Солунска Глава (2.540 м.н.в.) и изворите на Бабуна.



Слика 70.: Планинарски дом Папрадиште

Планинарски дом „Караџица“ е под закрила на спортското друштво Драчево од Скопје. Лоциран е на 1.450 метри н.в. а до него се пристигнува со

теренско возило по макадам пат од Драчево. Домот од неодамна е реновиран и располага со 65 легла, кујна, толалет и туш кабин. Домот за посетителите организира и превоз до домот (Драчево – Караџица). Во периодот од Мај до Октомври домот постојано е отворен, а во останатиот дел од годината работи по претходен договор и најава кај домаќинот. Дава можност за искачување до Салаковски Езера (2 – 2,5 часа), Солунска Глава (4-5 часа), Бодно (8-9 часа).



Слика 71.: Планинарски дом Караџица

Планинарски дом „Чеплес“ од неодамна е приватизиран и е во сопственост на Спортскиот атлетски клуб „Изгрев“ од Велес. До домот може да се пристигне од селата Папрадиште и Богомила. До половина патот е асфалтиран, но во многу лоша состојба, а понатаму е макадам и тесен. Стариот дел од домот располага со 56 легла, кујна, трпезарија, тоалет, туш кабин, струја и вода од блискиот планински извор, додека новиот дел од домот ќе има околу 20 легла, кои се во дво креветни соби со сопствено купатило. Исто така се реновира и стариот дел од домот во кој ќе биде инсталирано централно греење и нова термоефикасна изолација (фасада), а за во иднина се планира изградба на пливачки базен, спа центар, видиковец и голема тераса. Искачувањето пеш е за околу 3-4 часа во еден правец од двете села. Патеката е одлично обележана и води низ прекрасни чумски предели. Од тука има можности за искачување на Солунска Глава (3 часа при добри временски услови), изборите на Бабуна (1-1,5 часа). Домот во летниот период е отворен постојано, а во останатиот период од годината само за време на викендите. Но сепак пожелна е претходна најава кај домаќинот.



Слика 72.: Планинарски дом Чеплес

Рекреативно искачување на врвот Солунска Глава (2.540м.н.в.)

Од велешка страна се оди со железничката линија Скопје-Битола се патува до с. Ореше. За планинарскиот дом Чеплес има 2 правци. Едниот преку с. Папрадиште, а другиот преку с. Нежилово. До овие села се оди по асфалтен пат, а понатаму се продолжува по шумски патишта низ живописна шума и бујна вегетација. Двете патеки се спојуваат половина час пред планинарскиот дом Чеплес. За овој дел од патеката ви се потребни 3 часа од било кој правец. Маркацијата (ПМ) започнува од железничката станица во с. Ореше. Патеката од планинарскиот дом Чеплес до врвот Солунска глава продолжува по букова шума

до Долна Бабина дупка каде има извор. Од изворот патеката до Аргачот води по густа зимзелена шума, а од тука по ливади и тревни површини до самиот врв. За овој дел од патеката ви се потребни 3 часа. Патеката е маркирана, а печатот се наоѓа на врвот.



Слика 73.: Врв Солунска Глава 2540 м

4.8. Планинарски домови на Јабланица

Јабланица е планина во југозападниот дел на Македонија, помеѓу Охридско-струшката и Дебарската Котлина, западно од Црни Дрим и брегот на Охридското Езеро. Таа е млада венечна планина која е формирана со тектонските олигомиоценски движења. Во релјефот доминираат високи врвови, пространи површини, длабоки речни долини, карстни и фосилни глацијални облици. Највисок е врвот Црн Камен 2.257 метри.

Планинарски дом „Горна Белица“ со овој дом раководи спортското друштво Пеони од Скопје. Сместен е во старото училиште во исто именото село на 1.600 метри н.в.. Домот е од затворен тип и работи само за организирани групи со претходна најава кај домаќинот. Местоположбата на домот дава можност за посета на Вевчанските извори (900 метри н.в.), Вевчанското езеро (1.950 м.н.в.) и искачување на врвот Црн Камен (2.257 м.н.в.).

Рекреативно искачување на врвот Црн Камен (2.257 м.н.в.)

Најдобра маршрута за искачување до највисокиот врв „Црн камен“ е од с. Вевчани, кое се наоѓа на 900 м.н.в.. Не постои маркација затоа е најдобро да се оди со водич. До селото има локален автобус од Струга на секој час (да се провери). Искачувањето може да се изведе за 1 ден во обата правци и тоа преку Вевчанското езеро. Прво се тргнува југозападно нагоре по излезот од селото, потоа се влегува во мешана шума и се оди покрај реката Матица, се поминува потоа полјана со папрат и потоа пак се влегува во букова шума и се поминува покрај мало бачило, од таму лево низ шумата се излегува на поголема полјана со големо бачило на околу 1650 м.н.в.. Од бачилото се продолжува на југ и потоа се излегува од шумата и може јасно да се види врвот „Црн камен“. По излегувањето од шумата се поминува покрај Вевчанското езеро (1950 м.н.в.), за да се стигне од Вевчани до езерото потребни се околу 3ч. Езерото се поминува од левата страна и потоа се врти десно према седлото под Црн камен, пред седлото се доаѓа на патека која продолжува се до врвот. Вкупното време за искачување на врвот од с. Вевчани е некаде 3,5-4 часа. Врвот е целосно на наша територија и на него има бетонска пирамида. За враќање до с. Вевчани потребни се 2,5-3 часа.



Слика 74.: Врв Црн камен 2257 м.

4.9. Планинарски домови во околината на Скопје

Планинарски дом „Даре Џамбас“ е под водство на планинарското друштво Бистра од Скопје. Се наоѓа пред самиот врв на Водно на 1.060 метри н.в. Домот во приземјето располага со 4 креветна соба (која нуди комодитет и интимност), а на катот во голема просторија се сместени 25 легла, но по потреба може да се задоволи и поголем капацитет. Во останатиот дел домот (на приземјето) поседува просторија за складирање на намирници, гардероба, струја и еден тоалет. Со вода се снабдува сам и истата ја има само во кујнската просторија. Исто така има и просторија за дневни рекреативци и пулт за послужување на топли и ладни напивки. До него може да се пристигне со возило (каде за потегот Средно Водно – Врв потребна е дозвола) и пеш. За посета е отворен за време на викендите, школските распусти и неработните денови. По портеба со претходна најава може да се користи и за групни посети. Домот дава можност за пешачење до Матка (по самиот стр) 2,5 – 3 часа, Китка 4-4,5 часа, Караџица 6,5 часа.

Слика 75.: Планинарски дом Даре Џамбас



Планинарски дом „Скопје 63 – Водно“ е под надлежност на планинарското друштво „Скопје 63“. Овој планинарски дом



недава можности за преноќување. Тој служи како “скривалиште”, односно нуди можност за одмор и починка. Лоциран е на Средно водно. До него може да се пристигне со моторно возило по асфалтирана патека, и пеш од подножјето на планината за 30-40 минути. Дава можност за искачување на врвот Водно (1.060 м.н.в.), за 40 минути до 1 час, а потоа по сртот на планината до Матка.

Слика 76.: Планинарски дом Скопје 63

Планинарски дом „Средно Водно“ се наоѓа на Средно Водно. Нема можност за ноќевање, дава услови за одмор и починка. Остворен е само за време на викендите и е под надлежност на Ж.П.К. Работнички – Китка. Дава можност за искачување на врвот на Водно (1.060 м.н.в.), а понатаму и до сите правци кои се овозможени од врвот.

Слика 77.: Планинарски дом Средно Водно



Планинарскиот дом „Дивле“ (Градишка Планина) е сместен во старото училиште во истоименото село, под надлежност е на П.О.К. Кумановче од Скопје.



Сместен е на 850 метри н.в., располага со 30 легла и работи само со претходна најава кај домаќинот. Во периодот од месец Мај – Октомври може да се пристигне и со моторно возило. Во снежниот период од годината патот е непрооден. Домот дава можност за искачување на врвот Венец (60-90 минути), Ѓуриште (120-150 минути), и Катланово исто така 120-150 минути.

Слика 78.: Планинарски дом Дивле

Планинарски дом „Матка“ (кањон на реката Треска) Овој планинарски дом беше под закрила на спортското друштво Пеони од Скопје. Сместен на кањонот на реката Треска, веднаш над вештачкото езеро Матка. Домот располагаше со 8 соби и околу 30 легла, електрична и водоводна инсталација. На приземјето има ресторан кој може да прими околу 200 гости. Од неодамна домот е приватизиран и претворен во хотел, кој располага со 10 соби и околу 25 легла. До хотелот може да се пристигне со моторно возило по асфалтиран пат, но и пеш од врвот на Водно по 2-3 часовно пешачење по самиот срт. Дава можност и за обратната насока, но исто така и искачување на Сува планина, и посета на пештерата Врело.



Слика 79.: Хотел Кањон Матка

На Картата подолу се обележани планинските врвови кои се споменати во горе наведениот текст.



Карта 10.: Местоположба на планински врвови

1. (1) Лисец 1.754 м.н.в. – Плачковица
2. (2) Титов Врв 2.747 м.н.в. - Шар планина
3. (3) Златен Брег (2.176 м.н.в.) – Кожуф
4. (4) Добра Вода (2.062 м.н.в.) – Добра Вода
5. (5) Тронеѓа (1.881 м.н.в.) – Беласица
6. (6) Пелистер (2.601 м.н.в.) – Баба
7. (7) Солунска Глава (2.54 0 м.н.в.) – Јакупица
8. (8) Црн Камен (2.257 м.н.в.) – Јабланица
9. (9) Водно (1.060 м.н.в.) - Водно

КОРИСТЕНА ЛИТЕРАТУРА И ДРУГИ ИЗВОРИ

- Владо Стеменков**, (1987): Водич на планинарските домови во Македонија, Планинарски сојуз на Македонија, Скопје
- Никола В. Димитров и Цане Котески** (2015): Туристичка географија, Штип
- Илија и Николина Петрушевски** (2001): Географски топонимски речник на Република Македонија, Скопје
- Tomislav Rakičević** (1978): Opšta fizicka geografija, Naučna knjiga, Beograd
- Milorad Vasović** (1971): Regionalna geografija (karakteristične regije na zemljinoj površini), BIGZ, Beograd
- Alan Čaplar**, Osnove planinarstva, Hrvatski planinarski savez
- Elvir Kazazavic, Alan Caplar** (2010) Planinarstvo – udzbenik
Државен завод за статистика на Р.М.
<http://www.stat.gov.mk>
- Агенција за промоција и поддршка на туризмот
<http://www.tourismmacedonia.gov.mk/>
- Македонски планини
<http://www.mkdmount.org>
- Планинарско спортско друштво Кораб
<http://www.korab.org.mk>
- Слободна енциклопедија Википедија
<http://www.wikipedia.org>
- Федерација на планинарски спортови на Македонија
<http://www.fpsm.org.mk/>
- Македонска планинарска асоцијација
<http://www.mpa.org.mk/>
- Планинарско друштво Трансвезалец
<http://www.pdtransverzalec.org.mk>
- Патувај во македонија
<http://travel2macedonia.com.mk/>
- Шарски предел
<http://www.saraski.com.mk/>
- Планинарски клуб Љуботен
<http://www.pkljuboten.org.mk/>
- Национален парк Пелистер
<http://park-pelister.com/>
- Планинарски клуб Македон
<http://www.makedon.mk/>
- Планинарски спортски клуб Бистра
<http://www.pskbistra.org/>
- Планинарско спортско друштво Макпетрол
<http://www.makpetrol.com.mk/planinari/>
- Планинарскиот Спортски Клуб Димитар Илиевски Мурато
<http://www.pskdimitarilievski-murato.co>
- Shtefan Sigrist – алпинист искачувач на тешки врвови на Хималаи, слични на Матерхорн во Швајцарија, DWW – ТВ прилог во 24 часа вести, 27.12.2015 г.